
https://shadowrocket.dev

目录

介绍

前言介绍

感谢

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程： 小火箭 shadowrocket 使用教程

第一部分 基础

第一章 怎样使用这本书第二章

今晚就能用上的简单方法

第三章 女性心理

第二部分 情感发展进程模型

第四章 情感发展进程模型概述

第五章 开场白第六章 过渡第

七章 吸引第八章 筛选第九章

舒适感

第十章 诱惑

第十一章 亲密关系

第三部分 游戏情境

第十二章 社交圈子第十三章

白天的游戏

第十四章 夜总会

第四部分 技巧

第十五章 进挪升高第十

六章 约会第十七章 讲故

事第十八章 非语言交流

第十九章 接吻第二十章

时装和美容第二十一章

僚机行动

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观？

你的小火箭发射了吗？

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

介 绍

译者前言

LoveSystems 是世界上 大的约会公司之一，拥有 多的世界顶尖的约会导师，拥有 全的产品线，拥有 多的约会产品。

本书《灵丹妙药》由 LoveSystems 公司的 CEO，Savoy 撰写（其实不是他一个人写出来的），是 LoveSystems 公司的把*妹圣经，也是把*妹界的永恒的经典。

LoveSystems：http://www.lovesystems.com/

当我第一次读到这本书的时候，我曾经想，如果这本书有中文译本那该有多好啊，想不到今天会是我在这里制作这本书的中文译本~

我是一个热爱美的人，我希望能制作出高质量的译本，为此我愿意投入时间和精力，并且我也这么做了，但是作为一个个人，不可避免会有许多考虑不周或是做得不好的地方，如果您遇到了，希望您能谅解！

- 本书 1~5 章由老虎爱大米翻译，没有找到您的空间，抱歉，非常感谢您的辛勤翻译！
- 其余大部分由 **Lamntree** 翻译，Lamntree 的空间：http://paoxue.com/?217344
- Solievil [依华] 翻译 2 章多+制作书籍，Solievil 的博客：http://blog.sina.com.cn/solievil

++

我翻译的其他书籍：

[Love Systems] 白天约会宝典 - 白天游戏的圣经

http://ishare.iask.sina.com.cn/f/23287372.html

[Adam Lyons] 筛选的 101 种方式【英国第一 PUA】- 让你留住女人

http://ishare.iask.sina.com.cn/f/22223381.html

[Adam Lyons] 打破和谐感的 81 种方法【英国第一 PUA】- 跳出友谊区

http://ishare.iask.sina.com.cn/f/21852488.html

更多经典书籍，敬请期待！- Solievil

前言

“这里的每个人都吃 tacos...”

这是我在迷男方法新兵训练营现场听 Savoy 说的第一句话。其实我当时并不服气，心存怀疑。在研讨会的第一天，我就觉得这事听起来很棒，但是不能确信它是否真能管用。后来，当我亲眼看着 SAVOY 用一堆奇怪的言语打开一个组合，迅速建立吸引，并 终跟一个很正的美女单独相处的时候，我开始认识到，这个家伙身上的东西有我学的。

不久，我成为了 Savoy 的实习生，当时我还在上大学。我们的办公室设在 Savoy 的起居室里。当时，团队只有 Misschievous、Savoy 和我。我们在一起吃印第安食物，为 Savoy 为什么蠢到喜欢上费城老鹰争吵。我也有幸见到了型男（Style），还有许多世界顶级的把妹达人。在那里，我真的太开心了。

我得以直击 Savoy 的能力展现。借着工作，我见到无数不同的女人在早上从他家离开，有的时候是两个●▽●！

而我的脑子里也开始渐渐明确：前面将有更棒的可能性在等着我。当我的计划开始实施后，其实我和女人们相处得还算不错。不过，这还不能是我真正顺利达到我梦想得到的那种生活方式。还好 Savoy 罩着我，他教我怎么去做。这个家伙，是一个了不起的聪明人和导师。在他的帮助下，我也开始过上了我梦寐以求的生活。每天早上，各色美女也开始从我自己的家中离开。

我们的团队从 3 人增加到了 5 个，并搬到了洛杉矶。当 Savoy 领我们进入世界各地的“Leading in-field”、“Cold approach”等约会团体，我得以见到各种 新的把妹绝活。我见证了世界各地的记者在现场呼喊，我看着一个团体成长——这个 Savoy 从第一天就开始策划的团体。我们给成千上万的学员上课，并改变了无数人的生活。一直以来，他都是我曾拥有过的 伟大的导师和朋友。我为自己感到幸运，可以有他这样一个老板和朋友。直到今天，我仍会向他请教各种约会建议。

你将看到的这本书，不是那种读了之后会让你一夜之间脱胎换骨的灵丹妙药，书名这样说只是一种反讽，真的。这本书要做的是，通过你将看到的一组“努力、付出以及实践”的智慧，给你一幅地图，学会到达你想要到达之处的技巧。如果你确实将学到的东西投入到你的实践当中，你一定可以获得你梦想的亲密关系和生活方式。

我想没有比 Savoy 更好的模范了。我以我的名誉保证，是这本书上的知识，引领我改变成今天的样子。你需要多读几遍，以便获得更好的效果，因为：实在有太多东西需要去学习了！

如果有那么一种神奇的方法可以更好地和女人打交道，那就是：吸引、建立和维持良好的关系，这个方法就在本书当中。可以说，这是和灵丹妙药 接近的东西。你要读懂它，内化它，并为他付出努力和热情。我希望你们通过马上行动，不断丰富和改造自己， 终都能达到你们想要的目标。

真诚的 Sinn

Solievil [依华]注：

这里简单介绍一下 Sinn，Sinn 总是出现在各大全球把*妹达人排行榜前 10，并在 2010 名列 TSB 杂志把*妹达人排行榜第一，高手中的高手！

了解更多可以关注 Sinn 的网站：http://www.sinnsofattraction.com/

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

介绍

灵丹妙药是一个反讽的书名。这本书的一个中心思想是：根本就没有什么灵丹妙药！没有任何单一的东西，甚至 10 件东西，当你做了它们之后，会让你突然达到或发挥出你的全部潜能。

这本书的一个中心思想是：根本就没有什么灵丹妙药！

我花了数年时间教男人怎样提高与女人打交道的胜算。在过去的三年里，我一直在这个领域使用迷男方法这个黄金法则。我也跟其他达人们进行过密切合作，比如：SINN、迷男(Mystery)、 Tenmgnet、Badboy、Future、Ajax、Cortz、Captain Jack，还有 Brad P（在这个圈子，大家基本使用笔名）。我曾经看过 Tyler D 教学，也曾不止一次和型男出去巡视。

这些伙计都是把妹达人。他们都发展了一套系统，可以令他们拥有多多的优质美女。

但是，我必须说，不是这些系统让他们成为 PUA——没有一个人是一夜成功的（我也不例外）。总体来说，他们大都做到了一下 6 件事（基本面）。

1、他们基本上都花了几个月甚至几年的时间，用于有意识的自我提升。

2、他们都必须学习并理解女性心理，通常是先通过书本，然后通过现场实践（与女人的现场互动）。

3、他们都要培养社交直觉，以使他们能够发觉并预知社交行为。

4、他们都建立了一套可以对女人产生吸引的生活方式。

5、他们都培养了各种技巧，可以让他们的系统良好运作，比如：幽默、讲故事、接吻技巧等等。

6、他们都经历过很多场约会（他们可能有其他的叫法），并知道怎么在约会中做到好。

以下是一些小秘密：如果你遵守基本法则，那么任何合理的系统都是可行的。SINN 可以用 Tyler D 的系统并获得很棒的收获，Style 用过迷男方法，也干得很好，我也用过各种不同的系统并获得成功。

一个吸引女人的系统，就像一场篮球比赛中的战术策略。有的球队追求投篮次数，有的注重传递并等待精准的投篮机会，有的回防迅速，有的打快速反击...... 但是，如果你拥有利于法则的球员（如投篮、跑动、运球等），任何合理的战术都可行。就像如果你拥有好的约会法则，许多系统都可行一样。当然，这个系统可能比那个系统更适合你，就像有大个子的球队比小而快的球队更愿意实用身体战术一样。Badboy 运用他自己的一套，而不是 SINN 的，因为他那套更适合他自己。但是，如果他因形势所逼，并且也有时间和经历去实践，那么他也可以使用 SINN 或者其他人的方法去吸引美女。

当然，也有可能出现篮球战术不管用的情况，哪怕拥有世界 好的球员。2004 年雅典奥运会上的美国篮球队就是 好的例子。把妹也是同样的道理。我刚刚读了一本书，作者建议男人在餐厅向一个坐着的女人这样开场：“像你这样的美人，应该拥有一个美好的夜晚才对，你不介意我和你同坐一桌吧？”。这根本没用，无论你有多么好的法则。假设你的法则确实是好的，你的社交直觉和你对女性心理的理解也会阻止你在第一次见面就做出这么傻逼的搭讪。

找茬儿（**Devil’s Advocate**）

让我们故意来找点茬儿：如果把妹法则（Fundamental）更重要，那么，那些仅学过一些约会系统的人都可以迅速取得更好的结果，这又如何解释呢？

正如一个拥有像样战术的球队可以击败没有战术的球队，一个学过合理约会系统的男人也会比之前做得更好。而这样一个男人经常会让自己相信，他已经学到“秘籍”，并且拥有了把妹的灵丹妙药。事实上，这样的想法会对他有所帮助，给他带来一定的信心，直到有一天他不可避免地撞到死胡同——由于不能不断改进他的法则。在我的约会技巧实战过程中，我和我的徒弟们从未见过一个男人，在没有能够掌握法则的情况下，变成一个成功的把妹者。

但是，一个好的找茬者到此还不会满足。他还会想知道为什么？如果上面所说的都是对的，那为什么还有这么多人仍沉迷于约会系统？

在这里，我们会被一个称作“真正的窍门”的谬论所迷惑，这个谬论认为：你只要选定一个把妹大师，并遵循他的系统，努力钻研它，别的方面都不用管，你就会成功的。——这本书将打破这种荒诞的理论。

“真正的窍门”这种谬论是有市场的，因为它很好地吻合了人类心理模式，特别是男人的。男人很自然地愿意相信它。假如：某个大师告诉你 10 件事，你去做，就可以把到一个女人。很明显，这比看着一个捉摸不透的女人从你面前走过，并试图去领会她脑子里在想什么可要简单多了！而且，你会认为，这个理论对大师都管用，所以它一定是很棒的，对吧？这个理论可是大多数男人都不知道的秘密啊，哈哈。所以，你会觉得这个谬论很好很强大。

让一个“真正的窍门”理论变得危险的原因在于：你的失败可以用它来轻易解释过去，而且又不会对你本身的信念或脑瓜子出什么难题。比如：

1、 你做了 10 件高手告诉你的事，但是却没有把到妹？噢，这只是意味着我还没有掌握它，我还需要多加练习！

2、 当你做了其中一件事，却失去一个女孩的时候，可是你觉得其他 3 件事好像做得还好啊 ?很好，我已经在 10 件事中做好了 3 件，现在我只需要把那一件事练习好就搞定了！

3、 你的朋友把到了一个妹子，可用的是你的高手没提过、没教过的招啊？恩，无所谓，我在学高手的理论呢，所以我可以比我的朋友把到更正女人——就像高手把到的那种正妹一样！

“真正的窍门”谬论能够存在，还因为它很容易被传授。告诉别人：你去做 10 件事，然后你就会得到你想要的。这是一件容易的事，我随便写一段文字也能达到这样的效果。相反，试图说明一个假定分析或者例外情况，那可就困难多了，而这正是我在这本书中要做的。一些世界上 有力量（如果被误导？）的思想都不能容忍含混。法西斯主义、原教旨主义和共产主义都属于“真正的窍门”的谬论。但是，约会理论不像物理学那样注重绝对法则。不论它想起来是多么诱惑人，事实就是这样。

系统（**System**）

既然都这么说了，那在这本书里为什么还存在“系统”？

首先，“系统”提供了一个方便的组织原则，它可以很好地把关于“如何开始一段谈话 ”（第五章：开场白），跟另一个关于“如何进行下一步”（第六章：过渡）的内容区分开来。

其次，你也确实需要有一个系统，不管是你自己的还是别人的。有些系统明显不管用的，但是，当你在使用这个东西的时候，至少我能确信，你不会在餐桌上，走向一个女人，然后用一些低劣的开场白来跟她坐在一起。甚至，如果你的基本面不够强大，你使用的一些著名的约会大师的系统也会有不小的缺陷，使你遭受生搬硬套的失败。

如果你的基本面不够强大，你使用的一些著名的约会大师的系统也会有不小的缺陷，使你遭受生搬硬套的失败。

例如：

A、它们只对某种类型的男人起作用（如年龄、外表、个性等等）。

B、它们只对某种类型的女人有效。

C、 它们只在某种场合下起作用。

我和我的徒弟们一直在教的系统（这里将会有解释），都会更加灵活而具体。灵活性体现在，它可以适用于范围更广的男人、女人，以及不同的情境；具体性体现在我们会细化到不同的场景、不同的女人、不同的关系结局。我希望你们拥有一个适合你自己的系统，而不是那种只适用于拥有聪明营销战略的大师的系统。

这里的系统不是用我自己的脑瓜子发明的，这是不负责任的做法。如果我根据自己的经验编造了一个东西，那我不会告诉别人，我看到它被用在足够多的不同的男人、女人和情境上面。我有信心，本书中的东西适用于任何购买这本书的读者。当然，和圈内 好的独一无二的约会导师的理论一样，我自己的原创理论也会在书中进行标注。当然，你看到一些我或者其他人做过的，并未被严格地验证过的事，它也会被标注出来。

本书当中的系统都是圈内的达人们发展起来的，特别是那些迷男方法团队里的顶级培训师。但，这可不是一本迷男方法书。在过去的两年里，它们不断提升，并且基于我们的培训师所得出并传授的深刻见解，基于过去两年我们曾看到

的许多成功运用约会理论的案例，这些系统得到引人注目的改善。我很兴奋可以把它们介绍给你，辅以法则，它将会让你完全地发挥自己的潜能。

我也愿意和你分享一些我写这本书的方法。这里没有，起码不应该有任何自我吹捧，不应该超出个人的实例去解释一个观点。我不打算以讨论我自己的做法来告诉你们：我知道我自己在说什么。这是在浪费大家的时间，而且毫无意义。唯一重要的是，那些素材如何在你身上发挥作用。如果你对我的，或者其他培训师、学生的个人经历和奇遇感到好奇，你们可以去访问我们的博客和论坛，里面的内容都是免费、公开的，网址将在第 24 章列出。

这本书或许能被有序、容易地理解（我希望这样），但是本书的主旨却不然。约会和亲密行为非常复杂，而且充满变数和例外。在每一个案例中，如果需要对
“一个优雅模特”与“某个论题的清晰分析”进行权衡，我会选择后者。因此，在这里你找不到奇怪的单词、 新的英文缩写，还有为了复杂而复杂的东西。相反，这本书只有一个目的：帮助你获得成功。

为了这个目标，我想邀请你参加我们的互动，如果你通过阅读本书而产生任何建议、主意、理论和经历，都会有助于随后出版的书更好地实现它的目标，我希望收到你们的来信。

Savoy

致谢

为本书做出贡献的人太多，这里就不一一列出了。我在别的地方说过，约会理论是一个不断积累的科学，而且，我们今天的理论都是建立中我们的先行者的实践之上的。

特别是，在过去几年里，我从与我一起工作的约会教练身上学到太多太多，他们分别是： SINN， BADBOY， BRAD P，TENMAGNET，CORTEZ，Future， THE DON 等等。我师从 TYLERD。我学习迷男，他贡献了时序模式理论，以及许多由此衍生出来的技巧。 重要的是我从女人们那里，从我搭讪过的，约会过的，以及那些沉醉于与我数小时谈话中的女人们那里，学到了她们的约会和恋爱的经验。特别是从 Miss Chievous 那里，我在开始这个旅程之前就已认识她，她启发我去建立一些东西，让女人也可以为之出一份力，并成为其中一分子。

我也要感谢每一个校对这本书底稿的人，他们为此提供了很好的反馈意见。Sinn、Don 也对全书提出了许多重要的看法和观点，我要感谢他们的耐心和见识。没有他们的贡献，这本书不会像现在这样。DJ 提供了慷慨而富有洞见的建议，

对“讲故事”一章做了很大的改善和提高。Frank Denhow、Christina Lay、Suzenne Weiss，还有许多其他人义务帮助校订了一些单独的章节。如果你是其中一员，而没有被提到，请跟我联系！

后，我要感谢 Mondaymedia 平面艺术设计团队为这本书作全面的设计，进行逐章校对工作以及提出的无价的建议。

Solievil [依华]注：上面提到的全部是大师级别的人，世界顶尖的约会导师。他们大多数都是有自己的公司，或是公司的合伙人！都很有钱哦！

- Sinn 的约会公司： http://www.sinnsofattraction.com/
- BadBoy 的约会公司：http://www.badboylifestyle.com/
- Brad P 的约会公司：http://bradp.com/
- Tyler 的约会公司：http://www.realsocialdynamics.com/
- Mystery 的约会公司：http://www.venusianarts.com/
- TENMAGNET，CORTEZ，Future，THE DON 加盟于 LoveSystems 公司

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

第 一 部 分

基 础

第 1 章 怎样使用本书

这是一本很长的书。它会被许多不同把妹层级、不同技巧、不同目标和需要的人阅读。所以，我对本书做了设计，你不需要一次性通篇读完它，你不需要按顺序去阅读章节，没个章节都被设计成拥有独立的观点，这个观点可以以作为一个有用的索引。而且，大部分章节都做了具体的索引，指向其他章节的相关素材。

当然，我还是建议你按照顺序阅读。但是，如果你不耐烦，你可以从以下几个地方开始。

- 如果你今晚外出，需要知道一些快速的提示，那么请翻到第二章：一个今晚就能使用的系统。

- 如果你想要手把手的引导，以便可以约到一个中意的女人，而你不知道怎么和她们发展一段浪漫的性福关系，那你可以从第四章（情感发展模式）开始。对情感发展模式中七个场景的详尽解释在第 5-11 章。

- 如果你对搭讪已经颇有经验，现在想把它应用到不同的社交背景，如女性朋友、女同事、白天游戏、脱衣舞俱乐部等等，本书的第三部分是为你准备的。

- 如果你关心的东西是围绕游戏的具体方面，从你的身体语言到怎样做好电话游戏。那么你会想要看第四部分（第 15-22 章）。

- 如果你已经看过《迷男方法》，现在想知道更多新鲜的东西，请往前翻几页，
看第四章的导言部分。

约会学是一门逐渐积累的科学。你正在读的文字，是成百上千宗与女人互动的案例（通过我自己以及历任培训师的实践）的结晶。我们有系统地对这些理论进行创作、验证、质疑、提炼，在无数不同使用这个理论的男人所写的成绩报告的基础上，这些理论得到极大丰富。但是，这没有令这本书变成物理定律或者圣经戒律。所有规则都意味着要被打破，通过试验和进一步提升这些理论，你会比不假思索地应用它得到更多。这正是试验和测试的精神所在，正是它们把我们提升到这个水平之上，也正是这个精神，帮助你在阅读过程中取得 大的收获。

第 **2** 章 一个今晚就能使用的系统

本章内容：

- 初到现场
- 情感发展模式
  - 打开组合（Opening）
  - 过渡（Transitioning）
  - 吸引（Attraction）
  - 筛选（Qualification）
  - 舒适感（Comfort）
  - 诱惑（Seduction）
- 得到她的电话号码
- 出门之前
- 要记住的总体规则

这本书很长，非常长。你不要打算一天或者一周就把它看完。这本书适合你不断地回头看，一遍又一遍地看，你在现场经验的增长会让你每看一次都有新的进步。

好吧，现在是周五的晚上，你正打算出去玩点节目，碰巧你刚好买了这本书。你可能有几个小时的时间把它过一遍。如果你这样做，我表示同意。

让我们假设只有 20 分钟时间。你并不需要学习每一种可能性。你不需要了解这些素材是怎么起作用的。你也不需要知道在约会中要做些什么，当你打电话给她的时候要说什么，或者在恋爱关系中要做什么。你不需要搞懂通过朋友认识女人和通过工作关系认识女人之间的区别，或者在白天、夜总会怎么样与女人打交道。以上所说（远不止这些）在这本书里都有详述，但是这些并不是为你今晚准备的。

你需要的是一些快速的建议，让你可以应对在酒吧或夜店可能遇到的 常见的社交场景。这些建议必然是很基础的，而且绝非对本书内容的深度阐述。它也不是本书的内容摘要，更不是精华。我选取这些内容是因为，它们是你在 20 分钟内 容易学到的东西，今晚你就可以出门并使用。

初到现场：

1、　表现的好像这地方是你的。走路要有自信，头抬起来，走慢一点。别怕占了地方，微笑。你是以什么方式走进这个场子的，会为接下来人们怎么回应你定下基调。

2、　如果你一个人来，要迅速打进一个组合（详见后文）。如果你跟朋友一起，要表现得跟朋友们相处很热络。不要走来走去检视酒吧，也不要用你的眼睛扫视全场寻找漂亮姑娘。

3、　说话大声一点，大部分清醒的男人在酒吧或夜店都太沉默。

4、　站要站直，保持眼神接触。不要为了听 mm 说话而把身体倾向她。事实上，永远不要将身体倾向别人（Lean in）。

5、　肢体语言和语音语调将在第 18 章详述。

情感发展模型：

我们的模式遵循女人的情感进展而设，从第一次见面发展到某种程度的亲密关系（从男女朋友到性伴侣），接下来的六项内容就是模型的各个阶段（第 7 阶段不是你今天晚上需要担心的）。

1、　打开组合（Opening）

2、　过渡（Transitioning）

3、　吸引 （Attraction）

4、　筛选（Qualification）

5、　舒适感 （Comfort）

6、　诱惑（Seduction）

- 见解之一：你要在建立舒适感之前先创造互相的吸引。换句话说，你要先把“你叫什么名字？”、“你做什么工作？”之类的问题以及其他深层的谈话收起来，直到你们已经明显互相感兴趣的时候再说不迟。

- 见解之二：她需要先表示出对你的兴趣，之后你才能向她表示你的兴趣。

- 别担心，我们马上告诉你怎样得到女人的兴趣。
- 第四章对情感进展模式有详细阐述。

打开组合：

- 与 MM 开启一场单一话题的对话 1、停留在吧台附近，少喝点酒。当你发现一个 2-3 个女生的组合，假装不经意看到她们，然后问她们问题，比如：

A、 我要筹划一个朋友的生日聚会，我想从复古主题和幻想主题当中选一个，你觉得哪个比较好？

B、 我的朋友老是收到一个匿名者发的求爱邮件，而且她好像知道那个人是谁，你觉得她要不要说些什么？

- 问的问题要像是真的在发生，不要搞得像在做调查。
- 如果顺利，你会发现这些“征求意见开场白”很管用，并且你也能够编造属于你自己的开场白。在第 5 章，我们会教你们 6 种不同类型的开场白，以及怎样让这些开场白为你所用。但是今晚你就自由地使用这些“征求意见开场白”的标本范例吧。
- 永远在看到 mm 的几秒之内就上前跟她说话（开场白），这点非常重要。不要躲躲藏藏，这样很猥琐，结果很糟糕。没有比猥琐更容易赶跑女人的东西了。任何时候，当你想阻止 mm 对一个男人感兴趣的时候，你暗指这个男人很猥琐就好了。
- 你也可以搭讪其他类型的组合（包括纯 mm 组合、大型组合、混合组合、坐着的组合等等），但是 2-3 个 mm 的组合是 容易上手的。
- “打开组合”详见第 5 章。

过渡：

过渡通过引入至少一个新的话题，或者改变互动的方式，使一个简单的互动转变为更长的对话。

1、一旦她们开始讨论“你朋友的生日”或者“匿名仰慕者”，几秒钟（开场白）之后，你就借着发现她们身上的某些东西来打断她们。就像：

哎，看起来你（随便挑一个 mm）像是个好人，你（挑另外一个 mm）像是个坏人。不过这样也好，其中一个可以扮演天使，另一个可以扮演恶魔。假如我们去逛街，你们一人挽我一只手，我们会让所有的女人妒忌的。如果我要做一个决定，你们可以在我耳朵旁边说悄悄话，我们就知道谁的建议更有吸引力了。
2、你可以也应该在你几秒钟之后打断他们，然后说一些别的东西（比如你发现她们身上的某些东西）。

3、 过渡的关键在于把“朋友生日”、“匿名仰慕者”的话题（开场白），转移到可以谈论任何事情的（跟她有关的）普通对话上。有四种主要方法可以进行过渡，详见第 6 章。

4、 过度场景中不要恭维任何人，或者问任何人有关她们自身的问题，暂时。

5、 陈述性的言辞是一种策略。“你看起来像是老师”之类的话可以引导她说出一些有用的信息，而不用你直接去问。

6、 “过渡”在第 6 章有完整的阐述。

吸引：

既然你们已经开始了（开场白之后的）普通对话，那下一个目标就是让你喜欢的 MM 被你吸引。这就引出了本书 长的一个部分（第 7 章）。但是现在，我先教你几个小技巧：

● 取笑她，给她取一个孩子气的花名。

● 讲个好的故事。好玩通常都不会错。讲故事的时候要像在经历一场情感历程，而不是干巴巴的背稿子。（要有你的情绪）

● 不要做任何会被理解成你在泡她的事。

● 好玩一点，不要看起来太卖力。

到目前为止（包括吸引过程），90%的时间里都应该是你在说话。不要冷场。要不断地说话。

绝不要因为词穷而离开一个组合。你可以说任何东西。哪怕是世界上 蹩脚的台词，都比尴尬的沉默要好。同时你的大脑也会逐渐习惯于即兴创作以及应对社交压力。

一旦她开始发出被吸引的信号（如：触摸你、对你的笑话发笑、留下来并跟你说 20 分钟的话等等），那么，你就可以进展到筛选过程了。

第 7 章详细解释了创造吸引的 5 种方法和可以吸引大部分女人 8 项特质。 筛选：

1、当她已经向你发出感兴趣的信号后，换挡吧。现在你可以放任对她的好奇心了。你可以问她一些筛选性的问题(引导她做被动 IOI。)，比如：“你会做些什么好玩的事？”。当她告诉你关于她自己的同时又令你感兴趣的东西时，赞美她！

2、3 个恭维通常就足够了。要让她去争取赞美，她必须谈论一些对你来说真正有趣的东西才能得到赞美。

3、 当她这样做的时候，你可以这样对她说：“当我刚见到你的时候，我对你不是很确定。现在我了解你了，你真的很有趣。”

4、 使用她回答你的“筛选性问题”时提到的信息（用下切，平行法找话题），开始与她建立舒适和共同感。

5、 第 8 章对这个过程进行了详述，有点要诡计的。

舒适感：

1、 这个阶段你可以把平常的“你做什么工作？”、“你从哪里来？”之类的问题都倒出来了。（筛选有回应后，才是建立舒适感）

2、 把注意力集中在通过多样性的话题来增进彼此的了解，千万不要过多讨论单一话题的细节。（多重对话脉络）

3、 不要把谈话变成采访。促使她以讲故事的方式告诉你她的各种信息。（引导，挑逗她，使她产生情绪变化）

4、 开始开玩笑式地触摸她，并随着夜晚的深入逐渐增强肢体的亲密感。开始使用推搡、轻拍、拇指大战等进挪手段。然后进展到更亲密的接触，比如握手和接吻……这应该是一个你们都会感到舒适的自然、向上发展的转变过程。（舒适感阶段一定要有进挪）

5、　在舒适阶段，你应该考虑接下来怎么做了：把她带回家（诱惑）还是得到她的电话号码？

6、　第 9 章详述了舒适阶段，包括当她的朋友们仍在场的时候要怎么做，怎样、什么时候与她单独相处，怎样让她感受到与你的完全的联系感，等等。

诱惑：

1、　诱惑阶段是关于怎样与她独处并进展到性爱阶段的。

2、　诱惑阶段的重大障碍是“意外状况”，即女人在跟你回家的路上，不得不理性地正视与你上床的可能性时出现的各种打岔的事情。包括：与你回家、转移到你的卧室、脱衣服等等。

3、　第 10 章分析了 3 种应对“意外状况”的基本方法：

A、 预防-意图声明。

B、 混乱-对任何 ASD 问题或陈述都表示赞同，但动作不要停，而且要升级爱抚，除非她动作强硬反抗，那就冷冻一会。

C、 分散注意-爱抚，闻香等诱惑动作。

今晚，你只需集中在分散注意力上面。当即将发生会让 mm 启动理性思维的事情时，你要做些别的事把她的注意力转移掉。例如，当你把她带回家，不要停止说话，让她的脑子装满你说的话。你的滔滔不绝会让她忘记她正在跟你回家。4、至于性爱，你就自由发挥吧。这不是本书要说的东西。

得到她的电话号码 ：

1、　确定你拿到的是她的电话，不要只是告诉她你的电话。

2、　你可以在进入吸引过程之后的任何时间跟 mm 要电话。但是你 好等到舒适阶段再要。我们在第 22 章会进行解释（电话游戏）。

3、　做个具体的计划，你们接下来会做些什么好玩的事，不准跟吃晚饭和看电影有关（活动必须有助于增进交流，焦点是交流，而不是活动本身）。

4、　那到她的电话之后，多待 5 分钟。 5、第 22 章告诉你怎样得到女人的电话，并且她会接你的电话，以及在第一次电话交谈中要做些什么。

出门之前：

你应该没有时间马上对你的衣柜进行大的改变。但是，下面是一些你能马上做到的事：

1、把你的衬衣拉开。把鼻毛和眉毛修好，女人会注意到。 2、把所有卡其色或者高尔夫衬衣扔掉。

3、　戴上一个好玩的饰品，即吊坠、戒指、有型的夹克，那些能让你引人注目或让人主动跟你说话的东西。

4、　服饰和化妆详见第 20 章。

要记住的总体规则：

1、　不要向女人介绍自己，即使你们已经说过几分钟话了。女人问你名字，是对你感兴趣的信号。这时你才可以介绍自己。

2、　不要在谈话的 15 分钟之内问她私人信息（15 分钟只是个近似值，实际的时间要看她向你发出怎样的情绪信号，详见第 7-9 章）。

3、　不要恭维她的相貌，永远不要。(即使恭维，也要是那种带自己真实的，细节化的感觉的，独特恭维)

4、　保持一种活泼的氛围，你不能看起来说话很严肃。

5、　当你遭遇阻力的时候，改变她的情绪，而不是她的想法。

6、　不要对你不想要的结果做出反应。无动于衷对女人很有吸引力。尽管享受自己，别在她身上寻找特定的反应。

7、　玩得高兴！如果你都玩得不高兴，她也不会。

改变她的情绪，而不是她的想法！

第 3 章 女性心理学

本章内容：

- 天性 VS 教养
- 进化生物学现状
- 女性进化生物学
- 基础：健康、社交直觉、幽默感
- 特性：身份、财富
- 一致性：自信、预选、挑战

天性 **VS** 教养

男人，大体上来说，与女人是否有所不同？或者说，人与人之间是否都有所不同？如果你在一个“绝对正确”的环境中长大或者念书，你可能有这样的主观认识：男人跟女人本质上有相同的心理特点，他们之间的任何行为差异性，都是因为社会的影响不同。基于这种理论，我们的行为，如果与社会对我们性别的看法是一致的，那么我们就能获得奖赏；反之，我们就会收到惩罚。而大多数人选择了顺应主流。

这里面，有的东西是事实。社会影响确实会这样发挥作用。比如：男人如果不在男女关系中扮演主导角色，就会经常被笑话为“窝囊废”。性格刚毅的女人会被认为是一个泼妇，而同样性格的男人则被认为是自信的。男人被寄望于追求

财富或者其他方面的成就，如果你不是这样，你就得不到大多数人（其中包括许多辣妹）的高评价。

但是，相互关系不必然包含因果关系。一些以性为基础的偏好，毫无疑问就是天生的。甚至，那些只有一天大的婴儿，即远未达到了解或在意社会对他们的希求的年纪，也会选定传统的性别角色。当我们向婴儿展示一辆电动玩具车和一张人的脸庞，男孩的眼睛会盯着汽车，而女孩则专注于人的脸。

这本书基于这样一个前提：许多人类行为方式是天生的。

因此，这本书基于这样一个前提：许多人类行为方式是天生的。这对于性行为的选择来说尤其准确，并且，它与你能学到的进化生物学（或者文化特性，见下文）同样重要。如果我们能理解女人的基本冲动和诱因，那么，我们可以将他们用于发展成功的约会和亲密关系的策略当中去。并且，如果我们能理解女人共同的行为趋向，那么我们将更有能力认定和说明个性差异在哪些具体方面起作用。关于文化：一些文化方面的影响来源久远，而且已经被大部分甚至全部文明（本书大部分读者可能正与之发生联系）所继承。在本章的剩下部分，我主要因一些朴素的原因而讨论进化生物学。但是，我们可以把普遍（或近似普遍的）文化特性视为拥有与进化生物学相同的作用。它们都在用基本的方式，去驱使人们的行为，无论我们是否意识到它。

进化生物学现状

我们的生理结构，在几千年前的史前时期（我们就随意把它称作进化阶段吧）就基本发展好了。但是，我们的自然环境，却在过去的几百年里发生了极为迅速的变化，而“进化”却没有保持与之相应的进度。

今天，我们的许多生物学感应，是被设计成与自然环境相适应的，而其中的某些自然环境早已不存在了。

比如：食物在大部分进化阶段都属于稀缺资源，而脂肪却是在体内高效存储能量的方式。那些天生看上去就比较胖的人，便拥有了进化优势。结果是，今天大部分人偏好多脂肪的食物，尽管食物在当今发达世界已不再稀缺。这是在发达世界促成肥胖的主要因素。

我们的许多 强烈的性偏好，都要归功于进化的成果。例如：

A、人们普遍不会对家族成员产生性吸引（这会增加产生不健康后代的几率）。

B、男人会对女人的**行为产生极端的情绪反应（在进化生物学上看，没有比向**男人的后代分摊自己的资源更糟糕的事情了）。

C、　人们更愿意孕育自己的小孩，而不愿去收养。

D、　男人更喜欢臀部肥大而不是窄屁股的女人。

我们用第四条来举例说明：在过去，生小孩是一件很危险的事，很多母亲和孩子因此死掉。拥有更肥大臀部的女人，更有机会成功分娩。所以，在生物学上，男人被安排成倾向于与那些更能延续后代的女人结合。这样的进化优势，使今天大部分男人倾向于欣赏臀部更丰满的女人，即使今天婴儿的出生死亡率已经很低，至少在发达国家是这样。

女性进化生物学

正如男人普遍喜欢大屁股，女人也近乎普遍地有所偏好。我们把这些偏好分成三类：

- 基础：
  - ◇ 健康　◇ 社交直觉　◇ 幽默感
- 特性：
  - ◇ 身份地位　◇ 财富
- 一致性：
  - ◇ 预选　◇ 挑战（她）　◇ 自信

注意：所列举的不全是，当然也不必须是赢得女人兴趣的特质。它们只是普遍适用于大部分女人的 重要的特征。在男人的问题上，每个女人都会有她独特的爱好，而且，大部分女人都在寻找一些形成整体的要素，包括：诚信、联系、共同的价值观。尽管如此，如果你对某个女人知之甚少（在你开始了解她之前通常都是这样），你有可能做得很糟糕，比用 原始的世代相传的沟女方法还糟。

基础

我们作为基础而进行讨论的特质，与进化生物学有着很深的渊源，事实上，它们比人类的出现还要早。

健康

所有动物都天然地去寻找健康的伴侣。雌性人类也不例外。一个健康的男人可以为他的家庭提供食物、庇护所和保护。他们的孩子才可能健康，让孩子们也可以拥有健康的后代，并可以保护、赡养他们年老的父母。

总体来说，显示健康只表明你能少受伤害，而不能帮到你什么。对于吸引合心意的女人这件事，健康通常是一个必要的，而非充分的条件。

说明：

1、好的气色和体型可以帮助吸引女人。如果你并不打算去健身，我也不会去说服你。 2、你即使不去健身，也还是有希望的。显示健康并非必需要有好的体型、漂亮脸蛋。在你可以避免显露重大健康问题的情况下，要让自己变得好看不难：时尚的服装和打扮就可以帮到你。

3、 如果可以，多讲一些关于参加锻炼的故事。（用价值观 DHV 自己）

4、 绝不能谈论生病啦、累啦，或者会让她注意到你不健康的任何东西。也不要因为得了头痛病就神经兮兮的，也不要刻意掩饰，你只要知道，这种事对自己没什么帮助就行了。

5、 皮肤污点暗示不健康。要掩盖如粉刺之类的皮肤问题，其实比较简单。建议你去做做皮肤按摩，要不就去化妆品店逛逛。

6、 渐秃的脑壳也是不健康的表现。如果你正在掉头发，可以考虑弄成光头。

7、 如果你戴眼镜，要注意了。有的男人戴眼镜显得更好看，可惜，大部分人不是。

8、 以上几条都很容易做到，可别在健康方面把事情搞砸了。

拥有在社交团体里茁壮成长的能力是极为重要的

社交直觉

对于群居动物来说，拥有在社交团体里茁壮成长的能力是极为重要的，人类就是如此。当亚里士多德写下“人是政治动物”，其实他并非在谈论选举或者公共政策，而是暗指古希腊的城邦。人类生而为生存，并在团体里成长。事实上，在亚里士多德时代的雅典（亦或其他传统社会）， 重的惩罚之一就是：放逐，即迫使犯人离开族群。

在进化时代，一个得不到团体的尊敬的人，会削弱他的家庭成员成功的机会。团体里的其他人可能不大愿意跟他分享信息、资源、保护和各种机会。

你是否曾见过一个人，看上去总在说错话或者做错事？他的礼仪异常，他总是滔滔不绝，他总在谈论一些无趣或不合时宜的话题。也许，他就是总体举止感觉不对劲。这个家伙很有可能没有女朋友，因为他没有社交直觉。 (有社交直觉的人在社交场合中绝不会犯错，总在正确的时间做正确的事)

没有灵丹妙药（抱歉）可以发展你的社交技巧。社交技巧确是本书的隐含主旨，然而要改善社交技巧，必须付出努力。所以，我的建议是相当基础的，它们不能让你迅速得到很多约会。但是，这些东西都很重要，当你继续读这本书的时候，你需要把它们牢记于心。如果你需要今晚就能应用的提示，你应该翻到第二章。

社交直觉来自不断重复的实践和观察。

说明：

1、 社交直觉来自不断重复的实践和观察。要有意识地加强与人们的互动交往，特别是那些拥有很强社交技巧的人。多参加社交聚会，包括：大学校友聚会、鸡尾酒会、泡夜店等等。实践，实践，再实践。并观察他人怎样对你的行为做出回应。

2、 侍者整天都跟别人互动，而电脑程序员却基本没有。那么，哪个职业可以更好地发展社交技巧呢？ ...没有人要你把工作辞掉。但是，如果你在从事低社交技巧的行业，你需要有意识地与那些拥有社交直觉的人进行社交互动。

3、 显而易见，电视和电影不是真实的生活。但事实并非如此。人们通过观察来学习行为模式。而你会不由自主地会把你在萤幕上看到的模式进行内化，要尽量避免这样的事情。这样说吧，你要花更多的时间与人互动，少点时间跟你的电视机打交道。

4、　你也可以参加我们的专题讨论。有关你的社交直觉的问题将会得到鉴别和说明。

幽默

你可能感到惊讶，幽默也被列为基本的进化特征。幽默经常被认为是以语言为基础的，以至于令幽默被归为文化的，而非普适性的范畴。

拥有幽默感，意味着你能分享笑声，并在他人当中引发笑声。也许，这个看起来无关紧要，其实并非如此。如某专家所说：大部分笑声无关幽默，而关乎与他人的关系。笑声是一种交流工具。大猩猩打闹的时候会笑，以此传达一个信息：我是在玩耍，而非攻击。于我们的意图更重要的是，笑声可以在分享它们的人之间创造社会联系。当你跟某人同笑的时候，你会觉得与他关系更密切。此外，笑的行为可以在你的体内释放某些化学物质，并引发积极的情绪。所以，人们会倾向于享受笑声，以及那些制造笑声的人。

作为一种交流工具和社交工具，幽默可能被认为是社交直觉的一部分。但它有属于它自己的一面，因为它是如此重要。这种重要性会变得毫不令人惊奇。大多数女人会说幽默感是极为重要的，但是，许多女人却否认，或者根本没有意识到财富、预选等因素对她们择偶参数的影响。然而女人们是对的。

说明：

1、　幽默像其他社交技巧一样，是可以学习的。如果你没有好的幽默感，那就发展发展。我们对论坛的会员进行了调查（见第 24 章），特别是那些找到提升他

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

们幽默感的方法的人。以下是他们推荐的一些资源：

2、　注意观察幽默感强的人。不仅仅关注他说什么，更重要的是相关的时机把握、语调以及讲话方式。有机会去看看专业的喜剧演员的表演。

3、　不要把自己变成一个小丑，陷入罗网。你可以通过怪异、不合时宜的举动得到廉价的笑声，但是，这只会让大家嘲笑你，而不是与你同乐。自嘲也是一个比较好的办法，但是不要因此降低了自己的社交地位。

4、　别把自己搞得太严肃。自贬、谦逊的行为，通过适当运用，可以很好地传递高贵的身份和高价值。如果有人对你的奢侈开了个友善的玩笑，那么，你可以跟大家一起笑。

5、　幽默有许多类型：讽刺幽默、恶搞幽默、挖苦幽默等等。要确保你的幽默感范围广泛，不受约束。一个接一个同类型的幽默会很 grating。

6、　笑声是有感染力的。哪怕你没在制造所有的幽默，如果你能发现并笑话一些正在发生的好玩的事，也会影响到别人跟你一起笑。这会促进情感和社交联系的升温。

既然我们已经完成了基础的部分，那就来回顾一下。在进化角度看，一个拥有健康、社交直觉、幽默感的男人也会拥有一下品质：

a、他继续生存下去的机会更大。 b、你更有机会生下健康的孩子。

c、他可以加入不同的社交团体，并在其中生存。

d、　他能让女人觉得愉快，并让大家感到与他比较亲密。

这些已经足够吸引并俘获一个美女了吗？那也未必。但是，如果没有了幽默你会有机会吗？绝对没有。

特性

如果说，基本的特性（Characteristics）给了你把妹的入场券，那么，你的属性（Attributes）则让你有机会把到妹子。你的属性（Attributes）可以被认为是某种外在的特质（与之相反的是你的内在特点，比如健康），或者是你拥有的什么东西（与“你是什么”相对）。

从进化学的立场上看，几乎所有外在的，又能一如既往吸引女人的特征，都

从进化学的立场上看，几乎所有外在的，又能一

与身份和财富相关。尽管这事儿可以用来解释掘金者为什么会存在，但是它没有令女人成为拜金者。我们下面会谈到，女人有很充分的理由尊重男人以适当的方式传递出来的属性（Attributes）。

身份（**Status**）

身份与权力有关。权力意味着左右事件的能力，可以呼风唤雨。权力 强烈的表现，是帮助别人或者伤害他人的能力。在进化时代，族长拥有权利和地位。巫师、宗教权威也是如此。因此，要发现权力的进化优势并不难。今天，政治家、CEO 们、电影出品人是拥有权力和地位的人群。事实上，看到这些人周旋在众多美女中间一点都不稀奇，如果不是因为权力和地位，这些女人可能一点也不被他们吸引。

权力也可以被间接应用。首领的心腹通过影响首领而获得权力。宗教权威通过影响超自然现象获得权力，如果他们老是露馅，他们也会失去地位。现在，作为政治家、CEO、制片人的朋友，也能获得地位。

当然，地位也因非近化学的原因而受到追逐。在其他因素等同的情况下，一个女人，如果和身份高的男人在一起，要比和身份低的男人在一起更加好玩和刺激。

身份也存在于具体的环境当中。一个大学教授，在时装秀里面没有多少地位，因为模特们一点也不关心学术，学术地位对于她们没有鸟大的关系。他（大学教授）可能在正式晚宴或者学术讲座里得到更多尊重，那里的女人可能想找到一个教育水平高的男人。与此类似，对于一个对娱乐圈毫无兴趣的女人，电影制片人能得到的地位会很少。无论如何，在大多数年轻女孩来心目中，电影制片人都是个相当牛逼的职业。

这种相关背景可以很狭窄。很多女人跟她们的老板 SC。这事儿有可能增加或者避免她们在职场的消极后果，但是通常都是两厢情愿，并且是基于女人被老板的相对权力和地位所吸引的基础上的。尽管一个餐厅小老板出了餐厅没多大权力和地位，但是在他的餐馆里面，他的权力却很大，这对在餐馆工作的女人来说，也是可以产生吸引力的。

只要掌权者愿意操弄，权力便可发挥巨大的影响力。假如我有一家夜总会，但是，门卫可以决定谁走进大门、谁可以进 vip 房，那么门卫就比我更有权力，直到我自己去应用它。另一方面，女人比较关注的是：男人不加分辨地使用权力，或者用能致她们于危险境地的方式去使用权力。想想教父里面的 James Caan 就知道了。但是，权力用在哪里比较好呢，明智的方法是：保护女人身边

的人。她会想知道你会不会也保护她。不过这事也没那么要紧，你能表现那么一两次就够了。这就是所谓“保护亲人”的能力。

一个女人（如脱衣舞女）越敏感脆弱，她越能感受到权力和地位的存在。一个女人地位越高，她越想要得到一个等于或高于她地位的男人。

说明：

1、 相对权力比绝对权力要容易得到。假如你常去一家餐馆，要认识里面所有工作人员。虽然出了这个门没人知道你是谁，你却可以在餐馆里做个大名人。计划好你的社交事件，宁可在很少的聚会上变得出名，也不要在很多聚会上做一个陌生人。请利用好第 16 章（约会部分）。

2、 身份通常以与别的男人相比较的方式展示。辨别并抓住机会，用非挑衅的方式在别的男人之上展示地位，比如：教别的男人一些东西，或者表达强势的肢体语言（见第 18 章）。

3、 要表现得像大家期望的高地位的男人那样。他们不会嫉妒，他们不会诋毁别的成功者，尤其是其他高价值男人。他们也不会表现穷困，以使大家看到他的处境，或者总是担心别人对他有什么看法，等等。

财富（ **Wealth**）

财富意味着拥有资源的权力。在进化时代，财富可能是一个男人隐藏起来的食物或动物毛皮。在今天，则是金钱。

财务的保障对于成功进化至关重要。男人们倾向于储存财富，哪怕他们已所存甚丰。男人和女人都希望财务保障，如果我们没有做到，我们的情绪会使我们感到不舒服。女人们尤其想知道，她们是否能够得到充足的资源，以让她和他的孩子们活下去。

尽管当今社会女人也可以创造她们自己的财富，但是，大部分女人仍然保留了进化上的渴望，即有一个男人能供养她和她将来的孩子。这其实不代表大部分女人必定希望男人来供养她，她们只是希望男人的收入可以，或将来可以达到一定的水平。拥有财富的潜力，与已经拥有财富无异，大部分女人可以预料，一个医科学生的前景与一个医生同样好。甚至，我身边 无偏见、 讲男女平等的女性朋友，都会对比她赚钱少的男人感到不舒服，她们也会担心处于这种地位的男人会感到无能或者怨恨。简而言之，无论是基于文化还是生物学，女人都倾向于被拥有足够财富和舒适生活方式的男人所吸引。

你可不要因此埋怨女人。男人能为她和她的后代提供怎样的财务保障，会影响女人对伴侣的选择，这完全正常且自然。你很有可能做同样的事情。现象有两个女人，她们在各个方面都没有不同，只是，其中一个会为你的家庭财务提供保障，而另一个却只会耗光你的家财。你一定会选择第一个女人，虽然，作为一个男人，你没有选择财富的先天倾向。然后对一个女人来说，这种倾向是相当强烈的，哪怕女人并不打算要孩子，这种倾向也同样有效。

没有人愿意降低社会经济地位（ socio-economic level），所以，一个习惯于某种特定生活方式的女人，对不能提供这种方式的男人鲜有兴趣。别把这当作一个道德问题来考虑。衡量一个男人的钱包，不比评价一个女人的胸部更肤浅。如果你一辈子都在和漂亮的女王约会，那么，一个“邻家女孩”要得到你的垂青就变得不那么容易；相反，如果你平时只跟相貌平平的女人约会，事情会完全不同。

一旦你达到了女人的舒适门槛，财富对女人的影响会逐渐递减（所以你不必很有钱）。有些女人强烈地被财富吸引，并且会为一个男人的钱而对他感兴趣。这类女人通常被称为拜金者。拜金者把她们的性当成向社会上层攀登的工具。在进化时代，或在当今社会，嫁个好老公，都是为数不多、实际可行的提高社会地位和生活方式的机会。如果这事会困扰你，那就不要和这些女人约会。她们很好辨认。别为她们的存在感到沮丧。心理学上看，这对你没有任何好处。如果你想看起来像个高地位的男人，你应该这样表现：这些女人对你来说其实一点也不新鲜。

说明：

1、　男人从进化时代开始，就努力通过财富去吸引女人。但是你不要这么傻逼。财富的展示应该是不经意而自然的。假如你掏出一个钱包去买饮料，而里面恰好塞满了百元大钞，这就是不经意和自然的。如果你直接从口袋里掏出你的税务报销单，这就显得刻意了。

2、　某些财富的展示，比如一种昂贵的轿车，尤其是小型跑车，会被认为过犹不及，某些女人对此觉得反感。

3、　女人在寻找财富的一致性。一个坐 vip 席位的男人，不讲究衣着品味，而且开着一辆廉价汽车，通常不会被认为是个有钱人；他也许只是个花钱不当的男人。

4、　如果你不富有，也不要担心。只是，不要表现得你在（缺钱的困境中）苦苦挣扎。不要谈论财务困难或者借贷的事情，别对开支的事情小题大做。确保你的车干净、保养好，如果不是这样，那很明显，你在财务或生活方式上有了麻烦。要对你的钱精打细算。如果你钱包里有 110 块钱，要用 1 张 100 块包着 10 张 1 块的，而不是弄 11 张 10 块的放在钱包里。在一件外套上多花 20 元没什么关系，但花在酒精上就要慎重。

5、　如果你尚未拥有财富，目前 重要的事就是表现出你获取财富的能力。让人知道你有雄心壮志，且计划周全。（借价值观 DHV）

6、　以下两个关键特性，可以告诉女人你是怎样的人：　A、你有她可以分享的令人激动的生活方式；

B、你能为你自己、你的妻子和孩子提供舒适的生活条件。

补充一点，如果你已经具备了基础的特性：健康、社交直觉、幽默，那么从进化的观点看，你已经具备了吸引女人的大部分要素。但这也不意味着你能吸引所有的女人。每个人都独一无二，习性各异，并且他们经常做出与进化程式相悖的选择。这是人与动物区分开来的一个重要因素。你也不要忘记，有很多拥有这些基础特性的其他男人在与你竞争。但是，你将占据上风。

记住，仅仅拥有、展示这些特质是不够的，你还要与这些特质保持一致性。

一致性

在这里，一致性（Congruence）意指拥有内在的始终如一的个性。

确切地说，女人会碰到数千个对她们表示过兴趣的男人。他们大多会把自己看家本领拿出来，有些还会夸大、捏造一些东西以赢得女人的兴趣。女人很快会知道，如果一个男人设法赢得她的兴趣，那么，不能轻易相信他嘴上说的那一套。

女人寻求一致性。如果有个男人看起来有钱又有地位，她会希望他表现出相应的行为举止。他应该是自信的、被其它女人预选的，并且对她是个挑战。这些品质很重要，因为女人需要很快对男人做出判断，并评价他言论的可信度。许多女人把本章中讨论的“一致性品质” 看得很重，因为一个男人可以成功地撒谎，说他有钱又有地位，但是要假装拥有这些特质的话，就会不那么容易。女人不得不这样做。否则，她们会浪费很多时间跟一个冒牌的电影大亨约会，这个混蛋可能连一份工作都没有。

假定一个男人，可能是一个奥运会运动员。他有很多朋友是动作明星，曾经当过职业喜剧演员，而且在比华利山庄拥有一栋豪宅。绝大部分女人都会对他留下深刻的印象。但是，假如他同时表现得贼眉鼠眼，举动紧张，看上去害怕女人，急切地想得到每一个他看得到的约会机会，那么，大部分女人都会对他感到厌烦。他仅仅是没有一致性而已。

事实上，一致性是如此重要，以致女人经常反过来看问题。她们知道那些自信、被预选、有挑战性的男人通常能给她们带来很多受用之物，而那些不具备这些特性的男人，基本上不能给她们带来任何东西。所以，许多女人会直接寻找男人展示出来的一致性品质（与吸引女人的要素有关的品质），包括：自信、预选和挑战性。

自信（**Confidence**）

你是否记得第一次开车时紧张的傻样？你完全不知道要怎么做，你在想，如果没人帮助，你很难搞定这部车，你还开得既慢又小心。你希望不会发生什么不正常和威胁的事情，因为你知道你可能搞不定。

想一想你现在开车的情形。你已经很拿手了，你知道你绝无问题，开车只是小菜一碟。你甚至可以一边开车一边在电话里打情骂俏、听广播、吃三明治、或者跟路上的行人吵架。这是完全的自信。你可以应付公路上可能发生的任何事情。

顺便说一句，这（自信）也是为什么身体语言（见第 18 章）如此重要的原因之一。我们就拿放松的肩部来说吧，其实放松的肩膀没有任何天然的吸引力。请你照照镜子，放松你的肩膀，让他们自然下垂；然后收紧肩膀，并抬高。你觉得你会因此变得更性感或者更不性感吗？大概不会。

但是，自信的男人大多会在更多的时间里让他们的肩膀处于放松状态。因为他们自信，他们能这样做。他们无需总是处于紧张状态以警惕可能的威胁。以他们的地位和老练，他们很安全（他们 好是这样，否则他们的自信就会崩塌）。

日复一日，那些喜欢肩膀放松的男人的女人，越来越有机会跟自信的男人在一起。假设自信可以带来成功，那么这意味着这些女人更有机会跟成功的男人在一起。进而，她们的后代也会更成功。年复一年，她们的孩子将会比那些与肩膀紧张的男人结婚的女人生的孩子更加成功。尽管，肩膀放松、眼神交流、交谈时保持适当距离，以及其它种种代表自信的身体语言，都不意味着性感，但是，在这个世界上，正是这些细小的环节，产生了所有的不同。

好吧，自信可以对女人产生性吸引力这回事，对你来说也许一点也不陌生。我们还是看看进一步的说明好了。

说明：

1、 男人要想提高自信， 好通过一种可以量化的方式（看得见的事实）来进行。参加锻炼不仅有助于你的健康（见前文），假如你原来可以举起 500 公斤而现在可以举起 1000 公斤，假如你以前一口气跑 500 公里现在可以跑 1000 公里，这些都会切实提升你的成就感，并会对你生活的其它领域产生积极影响。

2、　养成记日记或写博客的习惯。保持简单，别让它成为负担。你会感到惊讶，通过使用 Magic Bullets 的技巧，你已经越来越牛逼了。把你的社交生活拆分成若干步骤。你今天是否成功打开了（见第五章）大多数女人？如果是，那也是一个成就。上个月你有几次约会？与即将到来的这个月的约会比较一下。面对漫漫前路，我们很容易沮丧，其实，你只需要回头看看你已经走过的光辉历程。 3、有意识地把你的自尊建立在牢固的基础上，无需女人的赞同。

4、不要傲慢自大。一个吹嘘辉煌历史的人（哪怕他在某个领域的确很牛逼），通常都会被认为极度缺乏把握。不安全感折射出自信的缺乏。人们 终会逐渐证明这一点，而你的女朋友会越来越难留住。如果你是这样的人，而你不去改变，你很有可能 终成为孤家寡人，身边围绕着想从你身上捞一笔或者和一样缺乏把握的人。

预选（**Pre-selection**）

女人们明白——她们的生物本性确切地明白——女人们是否被一个男人吸引对于她们是一个有用的指示。虽然个人口味不尽相同，但是大部分女人都知道，她们要寻找的品质和其他女人一样：健康、自信、地位等等。当女人对你感兴趣的时候，你就被预选了，而且会得到更多其他女人的兴趣。

与此相对，缺少预选可能将男人置于不利之境。如果女人推断别的女人对某个男人不感兴趣，她只有三个可能的解释。第一，她的品味相当不巧地与其他女人不同；第二，她具有非同寻常的洞察力，并且比别的女人更擅长于判断一个男人的本性；第三，别的女人因为某个特殊的原因不喜欢他。

通常，男人如果被大量的女人拒绝，在进化上来说，总会以某种方式吃亏。因此，若女人逆势而行，与一个不受欢迎的男人结合，必将不利于她们基因的延续。

另一方面，预选 好以适度的方式展示。假设一个男人，很有魅力。女人们会问，这么一个男人是否会留在她身边。记住，预选这种受进化生物学驱动的程式的存在，是因为它在进化学上的结果：成功繁殖了后代。除非女人有理由相信，或欺骗自己相信：这男人会留在她身边，并帮她生养儿女。否则，她不会跟她 SC。一个怀孕的女人，如果没有人保护，或为她和她的孩子提供生活保障，那么她的进化前景必将暗淡无光。

说明：

1、　不要谈论自己与女人交往缺乏成功。公开宣称自己的前女友怎样甩掉你，你现在是多么孤独，不是一个好的策略。即使女人已经跟你诉说过同样的经历，你也不要这么干。

2、 如果跟以前相比，如今的你很享受跟女人们打得火热，以致你忍不住说出来，请避免这样做。因为，预选应该以不经意的方式传递。

3、 预选也存在于具体的情境中。一个女人会被预选（嫉妒）强烈地影响，如果这个预选的女人得分（无论怎样界定）在她之上的话。 挑战性（**challenging**）

一个成功的男人，普遍想要与一个理想的女人共同生活。他不会一看到女人就冲上去，他有标准，而且他不容易被搞定。一句话，他是一个挑战。

人们尊重那些不容易得到的东西。如果你在得到一份工作之前，经历了重重难搞的面试，这种感觉，会与你只面试 5 分钟就得到一份工作完全不同。人们希望保持内心一致。所以，如果你相信通过重重面试是值得的，你也愿意相信这份工作是值得你争取的，否则，你不得不去考虑为什么你要去参加面试。

美国一些大学协会的入会意识就有类似的目的。这些仪式故意把你弄得又紧张又难受。如果你完成了，你会在心理上倾向于相信这个仪式是值得的，因为成为这个协会的一员是一种积极的体验。（不论怎样，我对这事没有意见，因为协会的经历在我的大学生活中不是主要的）。

说明：

1、 不要给人极端或孤独的印象。

2、 让她努力来得到你（简单的封闭性问题不能拿来问女人，除非你想引导她）。但不要太难搞，否则她会失去兴趣，但是要确保你以身相许之前，她无法确定。

这也是在筛选过程中经常运用的方法。

3、 仅仅是她对你感兴趣，不是你也要对她感兴趣的原因。所以你要做筛选。

4、 不要表现得太严厉。特别是在她得到进入你的机会之前，表现淡漠不会吸引她。（要有挑战性框架必须服从诱使引导她与你互动这个框架）

1、健康

2、社交技巧（社交直觉）

3、幽默

4、较高的地位（身份）

5、富有

6、自信

7、被预选

5、　不要被女人的小把戏影响。（要有挑战性框架）

拥有这三项一致性品质，我们现在已经形成了强大的进化形象。一个能够展现如上所说的所有特点的男人应该是：　我敢打赌，如果你向你的但是女性朋友展现这张清单上的东西，她们都会想要跟你约会的。要想做这样的男人，我们还有一些工作要做。首先，你要有能力在充满干扰和陷阱的社交场合向女人展现这些品质（培养你的社交直觉）。这是情感发展模式的前三个步骤的主要目标，从开场白到吸引，这当然也在筛选过程中发挥作用。其次，你要与她建立一种联系——不单是基于生物学上的——识别和占用她的独特个性（吸引合理化，及时的正确的回应，所有的，主动/被动 IOI，主动/被动 IOD），并发展与她通往 SC 的互动(进挪，服从动能)。这是情感发展模式后四个步骤的主要目标，从筛选到 SC。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

第二部分

情感发展进程模型

第 4 章 模型概述

本章内容：

- 引言
- 情感行为和性行为
- 情感触发
- 综合模式
- 深刻的见解（Insights）

引言

假如，你在餐厅看到一个漂亮 mm，或者，朋友在聚会上把你介绍给一个辣妹。你会怎么做？大多数男人不会有计划地去了解她、开启对话并伺机行事，更不用说更高级的策略了。你是否向她：

1、 打招呼；

2、 问她的名字；

3、 问她一个问题；

4、 给她讲故事；

5、 等等...

其实，你可以有千万种选择可以去做，特别是当你把身体语言和说话音调也加进来的时候。你的行为会与她的个性和情绪结合起来，并创造一种特定的情绪上的印象。然后，她会回应你；再然后，又轮到你。这种互动，基于新的情境，以一系列无穷尽的可能性不断进行。互动中，将有无数种可能和变数，世界上强大的计算机也预测不了。

这是男人与女人约会时感到压力和挫折的原因之一。我们的大脑被设置成能处理一系列有逻辑联系的工作，并达成一定的目标。假如你正在和朋友露营，那么你的总体目标是安心在野外度过一个夜晚。你知道，如果要过得安心，你需要搭一个结实的

帐篷，生起篝火，等等。每一个目标，你都可以一步步学习，直到完成。大多数男人理性上对这样的情形感到安心。成功跟女人打交道却更为复杂，因为与女人约会是一个互动的程序，并且每个人的性格各异，复杂而且多变。相比之下，你的露营地点不会介意你怎样生篝火，你也不用担心篝火有什么意见。火柴不会有情绪波动，不会因为生气而点不着。

幸运的是，我们无需在挫折面前绝望。人类行为绝对不会像生一堆火那样简单，但是通过一系列的方法，我们可以指引通往成功把妹的道路。

情感和性行为

女人喜欢以自己的情绪状态为基础来做性的选择。这不是说你的外表不重要，事实上，外表绝对很重要。如果你长得帅，女人会因为你的外貌跟你 SC。但是，女人千差万别，大多时候，你需要给她情绪上的冲击。通过对许多漂亮 mm 无数次的搭讪，我们发现，有四种情绪触发点，如果你能激发它们，会令女人跟你说“YES”。它们是：

1、感到男人的价值与她相同，甚至高于她。

2、感到她对于这个男人是特别的，或者，她挣得了男人的注意。

3、感到与男人有舒适感和联系感。

4、对男人的触碰感到兴奋，没有尴尬和不安。

总的来说，要和女人 SC， 好的机会是令她感到以上四种情绪。

情感触发

我们简短地看看这几种触发机关，以帮助我们建立起女人的性行为模式。

1、吸引过程：感到男人的价值与她相同，甚至高于她。

艺术的展示 DHV，建立吸引)价值的概念在第七章会谈到。本质上，女人喜欢与比她们强的男人 SC。价值对女人产生吸引，也可以用来解释为什么我们把创建这种情绪

的过程称作吸引过程（ ATTRACTION PHASE） 2、筛选过程：感到她对于这个男人是特别的，或者，她挣得了男人的注意。

使吸引合理化。总是及时的正确的回应，所有的主动/被动 IOI，和主动/被动 IOD。同时做筛选，引导她做被动 IOI。

许多女人喜欢感到她们通过努力吸引了男人的注意，而且男人不仅仅因为她的外表才对她感兴趣。她们喜欢被筛选，所以我们把这一过程叫做筛选过程。筛选过程是你向女人明确表示兴趣之处。不要向她透露兴趣（但一定要透漏交流的兴趣，要确保你与她之间有足够互动），除非她先向你表示兴趣。

3、 舒适阶段：感到与男人有舒适感和联系感。

我们把这叫做舒适阶段。它是 长的一个阶段。它从筛选过程后期，也就是你们明显都对彼此感兴趣的时候开始。当你已经与 mm 建立起足够的舒适和联系感，并且，她与你同在性的环境中（私密的诱惑地点）感到舒适，舒适阶段到此结束。性的环境（sexual situat ion）是女人进行性行为（比接吻更进一步的接触）的地方，性爱一触即发。

4、 诱惑阶段：对男人的触碰感到兴奋，没有尴尬和不安。

我们把这一阶段叫做诱惑阶段。诱惑阶段是唯一一个可以用身体接触来衡量的阶段。你们越接近性爱，表明你越深入这个阶段。诱惑阶段主要基于：不断增强她与你性爱的意愿，同时减少她不这么做的理由（见 TD 术）。当你们开始性爱，这个阶段就结束了。

由此，这四个触发机关构成了情感发展进程模式的主干，它们基本上以以下顺序出现：

1、 吸引过程（第七章）

2、 筛选过程（第八章）

3、 舒适阶段（第九章）

4、 诱惑阶段（第十章）

事实上，如果你在社交圈子里被介绍给某个 mm 认识，你只需要这四个阶段就够了，你将要寻找的东西叫做：一夜情。

综合模式

当然，大多数情况下，你想要约会的女人并不在你的社交圈里。不管你是在夜店还是在书店，你需要一些工具来开始对话，或者叫做“打开”（Open）。我们管这叫打开阶段（Opening Phase）。

1、 与 MM 开启一场单一话题的对话打开（Opening）致力于接近一个你不认识的女人（更常见的是 mm 和团体在一起，因为女人通常不在社交场合落单），并开启一段对话。不过对话过程仍有破绽。因为，从接近一个陌生团体跳跃到与她们共处并传递价值（吸引过程），显得很不自然。因此，过渡就很有必要。

2、 把单一话题的接近转移为正常而自然的谈话过渡通过引入至少一个新的话题，或者改变互动的方式，使一个简单的互动转变为更长的对话。这是一个很重要的技巧——本书 新形成的概念——它将接近转变为对话。

3、 通过前期的打开和过渡，以及基于情感基础的四个阶段，我们找到了从与陌生女人约会并发展到 SC 的方法。本书另一个创新，是我们令这个程序更进一步：

4、 后续关系管理当你达到性高潮之后，你们的关系通常并没有，也不应该结束。你要处理的问题是：接下来怎么办？你想她做女朋友，还是约会的对象？还是可以收益的朋友？维持关系阶段带你解决这些问题，以及如何维持和发展你选择的任何一种关系。加上这三个阶段便形成完整的情感发展进程模式：

情感发展进程模型：

1、 打开 （第 5 章）

2、 过渡 （第 6 章）

3、 吸引 （第 7 章）

4、 筛选 （第 8 章）

5、 舒适 （第 9 章）

6、 诱惑（第 10 章）

7、 关系（第 11 章）

深刻的结论

模型中的各个阶段都是实在的中期目标，可用来衡量你在进程中的位置。所以，你与一个女人关系有多深，不在于她吻了你几次，或者你们已经进行了几次约会，而在于你处于模型中的哪个位置。这些阶段不是严格的线性程序，比如：吸引过程与筛选过程有重叠，吸引和筛选都牵涉到舒适阶段，成熟的关系阶段又将转为舒适。但是，这些阶段根本上是依序排列的。

你与一个女人关系有多深，不在于她吻了你几次，或者你们已经进行了几次约会，而在于你处于模型中的哪个位置.

情感发展进程模式总体的线性过程，折射出五个深刻的结论：

1、 吸引过程发生在筛选过程之前。在女人被你吸引之前，不要向她表示明显的兴趣。

2、 吸引过程发生在舒适阶段之前。在女人被你吸引之前，不要去寻求你们之间的共同点以及深入的谈话。

3、 筛选过程发生在舒适阶段之前。在令女人努力赢得你的兴趣之前，不要向她打开心扉。

4、 舒适发生在诱惑之前。让女人与你产生联系感，然后才发展 SC。

5、 诱惑发生在长期关系之前。不论你与女人在一起想得到什么，你先要跟她 SC。后一个结论可能有点让人吃惊。关于女性性行为的一个普通结论是，如果女人看到一个潜在的男朋友，她通常会拖延 SC 的发生，同时与其他男人或者男人们享受肉体的快乐。这的确是事实。一个不断约会和等待的男人不一定有 好的机会成为男朋友。不断发生 SC 是与女人建立亲密感的 好办法。先跟她 SC，然后让她知道你会是一个好的男朋友，而不是：先告诉她你会成为一个好的男朋友，然后再试图与她 SC。

情感动力

更深刻的结论与情感动力的原则有关。情感动力可以解释为什么大多数社交互动需要向前推进，否则会完蛋。即使你们经历了完美的三小时的约会，并一路迈向舒适阶段，如果在接下来的两周里，你们很不幸只能通过语音信箱来沟通，你们会失去情感动力。情感动力会跟你对着干，即使你没犯错。

当然，情绪动力也会帮到你。每当你自然地通过一个阶段，都为你们的下一阶段增强了情绪。当女人谈论和你 SC 的事，说“这只是碰巧发生的”，这就是情感动力（以及好的诱惑技巧）在起作用。整个程序应该快速发生，而不是要经历好几个月。这就是情感发展进程模式的基本理论。接下来，我们将开始讨论它们的具体应用。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

第 5 章 开场白

本章内容

- 一、什么是开场白
- 二、开场白的种类
  - 1、实用型开场白
  - 2、征求意见开场白

- ■ 3、情境开场白
- ■ 4、无开场白
- ■ 5、筛选开场白
- ■ 6、直接法

- 三、开场白中的非语言因素
- 四、接近焦虑

什么是开场白

与陌生人开启对话不那么寻常。这甚至可能是一个威胁。当然，本书所讲的东西，都建立在你可以毫无尴尬地接近漂亮女人，并顺利开启一个对话的基础上。我们把这个阶段称作“开场（opening）”，我们用来开场的方式叫做“开场白（openers）”。

你可能觉得奇怪，跟别人开启对话也需要特定的方式吗？难道你不可以直接向一个女人打招呼然后开始对话？当然可以，有时候这样也管用。我们会在本章的“无开场白”部分介绍这种开场白。总体来说，我们发现，大多漂亮女人都经常会遇到太多的男人跟他们搭讪，所以她们习惯了在陌生男人接近的时候马上打枪，除非她们遇到很帅，很成功，或者有社交价值的男人。然而，尽管我们习惯用这种方式来展现自己，我们仍然推荐使用其他类型的开场白，因为使用它们我们可以确保成功。

注：这里所说的成功，是指与女人形成一段普通对话。通过普通对话我们可以随机变换各种各样的话题，当然也包括私人话题。你会发现，有一些开场白总是能把你们引向普通对话，而有一些开场白需要你使用“过渡”技术。两者各有千秋，我们都可以拿来用。

当你开场时，你在开启一个单一话题的对话。要引向过渡或者普通对话总是需要 10 秒以上甚至两分钟。如果你耗时过长，对话和互动就有变得乏味的危险，而且过渡到其他话题或提升对话会变得尴尬。事实上，我们整个情感进展模式都在讨论怎么跟女人会面。但是，女人在社交场合通常不落单。所以，当我们要接近一个女人，意味着要接近一个团体。在开场阶段，你要照顾到整个团体，而且不要对你感兴趣的女人有特别的殷勤。

此外，如果你的朋友把你介绍给一个女人，你便可以开始一场普通对话。我们把这样的介绍叫做“通过社交圈达成的约会”（第 12 章会有更多细节）。在这种情况下，你不需要使用本章的开场白技巧（包括本章即将提到的过渡技巧）。

接下来要讨论六种开场白以及开场白中的非语言因素。一般而言，你的非语言因素左右了你开场白的成败，如果你对这些材料不熟悉，开始的时候 好选

择一些简单的开场白（比如征求意见开场白）来练习，并特别注意自己的非语言因素。

开场白的种类

你可以把开场白看成风险-回报的统一体。低风险-回报的开场白很容易让女人做出反应，但是不容易引向普通对话。比如，如果你向一个女人问时间，现代社会规则基本上会驱使女人回应你。但是，要把时间的话题转移到一个能影响她情感的话题就显得尴尬。所以询问时间开场白不是个好选项。许多低风险-回报开场白通常与特定的话题有关，而跟你和她没什么关系。

于此相反，高风险-回报开场白明显与你们两个有关。危险在于你不一定能成功开场，就是说，她不一定想跟你讨论。隐含的回报是：你会马上转移到一场普通对话。例如，你可以这样开场："我们为何不到那边坐坐，认识一下？"大部分美女都会拒绝这样的接近。但，如果回答是：好，那么你们已经进入普通对话了。我们在后面会讨论到更好的高风险-回报开场白。

开场白大致有六种类型。我们会以风险-回报级别，从低到高逐一讨论。

- 实用型开场白
- 征求意见开场白
- 情境开场白
- 无开场白
- 筛选开场白
- 直接开场白

实用型开场白

实用型开场白风险回报系数 低。它们涉及的谈话主题（通常是提问），大部分人都会礼貌性的回复。比如：能借个火吗？或者：你知道 XXX 路/XXX 餐厅/...怎么走吗？

当你接近一个正在排队候车或者在乘坐飞机的（较少干扰因素的场合）单身女人，这很容易成功。所以，实用型开场白通常在白天游戏中使用。参见下页：

“一段成功的实用型开场白”。

实用型开场白的问题在于，要进行过渡比较困难。成功使用实用型开场白的男人，通常打算直接转向另外一个类型的话题，但是这样很难成功。当然，如果你太害羞，不敢跟你不认识的女人开启对话，你可以运用实用型开场白来建立自信（偶尔你也会撞上大运）。

征求意见开场白

顾名思义，征求意见开场白就是问别人对某事的看法(问题要对她来说相对难一点的，有兴趣回答的)。比如：

A、 我的朋友冬瓜刚刚和女朋友分手，就是那边穿绿色 T 恤的帅哥。你觉得他要等多久才会和别的朋友约会？

B、 我要筹划一个朋友的生日聚会，我想从复古主题和幻想主题当中选一个，你觉得哪个比较好？

C、 我的朋友老是收到一个匿名者发的求爱邮件，而且她好像知道那个人是谁，你觉得她要不要说些什么？

这是我随便想出来的，你可不要乱用，不一定适合你。你应该选一些真诚的，与你生活相关的话题。开始想一些你经历过或者知道的与你兴趣爱好相关的开场白。好的主题可以引发情感上的投资，比如：

A、约会和恋爱（不是关于你的）；

B、性别差异和男女关系话题；

C、 友谊；

D、 音乐和流行文化。征求意见开场白没有明显的答案。

如果一个开场白能用简单的“是”或“不是”来回答（比如前文所说的匿名仰慕者的问题），你要确保话题的深度，让回答者会自然地对她的回答进行解释。她们对问题的解释无关紧要，关键是你开启了一场令她感兴趣的对话。成功使用实用型开场白并不难。以下是根据 TOM 的 FR 编辑出的一个版本。我姑且叫女主角为 JULIA，TOM 的解说用【】标明。这未必是一个完美的互动，但是它告诉你一个实用型开场白确实管用，这才是重点。

...

TOM：打扰一下，请问现在几点？

JULIA： 2:20。

TOM：糟了，我要迟到了...你知道去体育中心怎么走吗？比赛还有 10 分钟就开始了。（征求意见开场白）

【她要么知道，要么不知道。不管。】

TOM：就在那个地方对吧？走过去不得累死啊。你能背我去吗？（太棒了，这就是过度，以自己的情绪波动，来带动她的情绪波动）

【我当时正在去利兹奥林匹克游泳馆的路上，这地方应该改名字，因为泳池差一英尺才够 50 米长。我充满能量和热情，然后看到了这个女人。我在离泳池不到 500 码的地方向她搭讪，她居然不知道泳池在哪里...所以，我为此取笑她，然后告诉她怎么去泳池。这有点滑稽，但是她却喜欢这样。在我接近她之前，她独自一人站在站台，然后，有个疯子（就是我）跟她搭讪，让她开怀大笑。是我让她感到快乐，这比独自等车要强 100 倍！最后，她甚至忘记要坐公交车了。】

TOM：嘿，这是你的车吧？你刚刚错过公交车了！（抓住无伤大雅的小错误揶揄她，打压，显示相对 DHV，吸引过程）

JULIA：是啊...我本该留意到的。（第一个 IOI）

TOM：哈哈。你不但不知道这世界上最伟大的非奥林匹克泳池在哪，还搞不清楚公交车哎...

JULIA：我可能是被搞糊涂了。(第二个个 IOI)

TOM：你属于哪种女人：是晚上随意上街拦车的，还是提前预定的士的那种？（筛选）

...很意外地，TOM 和 JULIA 进入了普通对话。（多重对话脉络）

实用型开场白应该是中立的。这意味着开场白没有暗示你是否喜欢你正在谈话的对象，也不论女人对你喜欢与否。中立很重要，因为你要避免女人过早意识到她在互动中被你吸引。

延迟女人的决定也很重要。一旦男人对某个女人说了或者做了什么事，女人马上需要决定她是否要对这个男人产生兴趣，她不得不这样做。正妹们被搭讪次数太多了，她们可没那么多时间去了解每个男人。肢体语言（真诚，自然）和服饰/美容

（显示安全感，DHV）的重要性便凸显出来了，因为这些东西可以为女人迅速做出(是否被搭讪的)决定提供线索。

当然，如果你超帅，超有钱，并且展示了超高的社交地位，那么，在她被驱使做出是否对你感兴趣的决定之前，通常你会有多一点的时间来展示你的魅力。但是，如果她内心已经判你无价值，你不会得到展示自己的时间。所以，一个中立的开场白可以帮你透露一个信息：你未必要对她感兴趣，虽然这能帮你赢得所需要的时间。

当你已经熟悉了可能得到的回应，并且可以自然引入后续问题的时候，征求意见开场白经常转向固定的台词（例如：那么你。。）。你当然希望尽快结束开场白，转入过度。但是，有的时候你需要一两段额外的对话，以求 好的时机。在这种情形下，你需要使用后续总结或者后续提问。案例见后文“隆胸惯例”。 为改善征求意见开场白，还需要注意以下三个重要环节。

1、 假性时间限制。一般来说，在开始的 30 秒内，你要说些类似“我只能待一会，有朋友在等我”之类的话。这可以避免目标团体的不舒适感，她们会担心，你要多久才会离开？假性时间限制暗示你没打算故意搭讪，而且让自己变成一个小小的挑战。当然，你的时间限制要以积极的方式表达（假性时间限制中，不能出现“你”这个字）。你可以比较一下以下两条台词：“我只能待一会，有朋友在等我”和“我将在这里待一下子，然后就不再打扰你们了”。

2、 话梗（ **Rooting**）：如果女人不相信你的征求意见开场白，觉得那跟你的实际情况根本没有关系，她会认为你只是个蹩脚的搭讪者。话梗就是在你的开场白里加上一些细节，让它看起来更真实。请比较：“我的朋友冬瓜刚刚失恋了，就是那边穿绿 T 恤的帅哥。你觉得他要多长时间才会跟别的女人约会？”和“你觉得一个人分手多久之后才会约别的女人？”。前者当中描述具体细节的话梗让开场白变得更可靠。

3、 集中注意 **...**停顿：征求意见开场白通常比其他类型要长，所以，在开场之前，你要确保团体都在注意你。用大声的音调打招呼效果会比较好。打完招呼要适当停顿一下。如果团体没有停止她们的谈话并转向你，你得再来一遍。如果你需要第二次尝试，说明你还不够大声，不够权威。打招呼的时候，我们通常使用“ Guys”而不是“ girls”或“ ladies”，哪怕团体里全是女人。这样做表明你们的谈话跟她们的性别无关，你也没有故意要搭讪她们。 征求意见开场白示范：隆胸惯例

开场白：我朋友的女朋友打算去做隆胸手术，作为送给我朋友的生日礼物。我的朋友不知道这回事，我估计他不一定会喜欢。你说我要不要跟他女朋友建议一下？还是把这事告诉我朋友？

经典回应：你还是不要说的好 /你要 ...blabla..。

【她们回答的内容不重要。你要开始过渡，或者继续后续话题。】

后续范例一：其实是这样的，我觉得她这样做的动机是，她姐姐刚刚做了隆胸手术，而她们两个一直在较劲。不过，谁会因为嫉妒而在自己身上动刀子呢？

后续范例二：我在想我适不适合插手，因为我跟这个女的有过暧昧关系，她真的很漂亮，但是不是我的菜，所以我把她介绍给我的朋友。我努力让自己置身事外，但是我不想她们有谁不开心。

我们非常喜欢征求意见开场白。在没有兴趣交流的情况下，与陌生人开启一场谈话，这种能力非常珍贵，特别是和美女见面的时候。它们可以减轻接近焦虑（见本章第三节），因为征求意见开场白不仅照本宣科，而且是中立的。这对提高你的非语言交流非常有用，因为你的语言部分已经提前设计好了。

另一方面，征求意见开场白也有不利之处。它们有点太长了，所以在喧闹的夜店不大好使。你也需要一个好的过渡，以便把谈话从开场白转移到普通对话。

糟糕的过渡，透露了你的意图，令她感到无趣，并且令她认为你在她身上使用搭讪台词。另外一个不利之处在于，征求意见开场白必须现得很自然才能成功。如果你穿过一个房间，走向一个女人，然后用征求意见开场白，她马上就知道你在把她，并且开始对你进行过滤。如果你要使用征求意见开场白，在开场之前，你要事先不露痕迹地转移到她的身边，然后自然地转向她（不要完全面对她）并开始搭讪。这是个高级策略，别着急，等你适应了征求意见开场白之后再来精进此项技术。

情境开场白

情景开场白与你和 mm 所处的环境中存在的事物有关。例如：

A、 这是什么饮料？

B、 那边那个是不是 XXX（某公众人物名）？

C、 我很喜欢这个音乐。其实，大多数男人都使用情景开场白。所以，大部分正妹们也听到耳朵起茧了。并且，在我们能邂逅正妹的场所，我们能够使用的有趣话题相当有限，所以，你想说一个 mm 们没有听过的情境开场白，几率很低。

例如，你可能觉得以下这个情景开场白：“你的项链/手镯/钱包/戒指是在哪里买的？”很新颖很有趣。但是，多数女人都已经听过了。她会觉得你是在把她，而不是关心她在哪买的首饰。你 近一次借口女人的衣着，搭讪一个你不认识且不感兴趣的女人，是啥时候？

境开场白的几点提示：

1、 如果你想好一个情境开场白再去搭讪，可能会显得不自然。你大可以先留着，等下次合适机会出现的时候再使用。

2、 如果一个情境开场白，不是那种你会跟你不感兴趣的女人说的，那么，你也不要对你感兴趣的 mm 说。为啥？因为一旦你说了，就会透露你的兴趣。（情景开场白是要在情景下合理的，正常人都会感兴趣的话题，而且决不能与 MM 直接相关）

3、 犹豫是使用开场白的大敌，尤其是对随机性要求很高的情境开场白而言。当你看到一个 mm，打算使用情境开场白，那就马上去做。

相对于征求意见开场白，情境开场白的 大优势在于：你要过渡到其他话题更加容易（因为有共同体验的话题，容易过度）。如果一个情境开场白令人感到自然而恰当，那么与使用其他开场白（如实用型开场白）相比较，你会更加接近一场普通对话。

如果你很擅长即兴创作，那么你可以多多使用情景开场白。如果不是，你还是使用其他准备妥当的开场白好了。

无开场白

实际上，你不一定要使用什么开场白。你可以直接跟别人对话（与她直接相关）。比如：

A、 我的天，你长得太象我的妹妹/侄女/堂妹...了。

B、 Hi.

或者，你也可以使用“准对话”来打开组合，就像你已经认识她们一样。直接开始给大家讲一个故事，就像大家都是你的朋友一样，但是又没有明确的表示你在跟她们说话。当然，这样做有点冒险，因为组合的自然反应可能是：“你干嘛要跟我们说这些？”

如果你要尝试这种“开场白”，不要试图在故事中传达你的“好品质”（这招叫做“植入惯例”，在另外一种情况下极为有用。见第 17 章之讲故事部分。）。当女人很想搞清楚为什么你要跟她说好的时候，她会更加注意你说的细节，不要让她认为你这样做很蹩脚，只是想通过自吹自擂来把她。而是觉得这只是你碰巧在故事中提到了你的诱人品质。

我只在以下场合使用“无开场白”开场白：

1、　我身处充满活力的环境。

2、　大家可以自由沟通。

3、　我被人们包围，并明显很吃得开。

这种类型的开场白冒险之处在于开头有点尴尬和困难，因为你在试图制造可靠性并保持 mm 的注意力，而她们根本不知道为什么你要跟她们说话。与此同时，一旦你成功开场，回报也是很高的，因为它展示了极大的自信和社交灵活性。
如果顺利的话，过度就不必要了，你可以直接进入吸引过程。

筛选开场白

在筛选开场白当中，你要明确表示你的意图，就像直接开场白。但是，你不是在强制她决定是否要对你感兴趣，而是暗示她：你在试着决定要不要对她感兴趣。举例：

A、　你是个友好的人吗？（你不是坏人吧？）

B、　你除了外表之外，还有什么优点吗？

C、　我在那边就看到你了，我想了解你是个什么样的女孩？（向她表示你感觉她很特别）

你可以在任何时间使用这些台词。但是　好在夜店，比如酒吧和夜总会，在这里每个人脑子里都想着调情。这个开场白在人少的组合中比较有效，因为女人当着很多朋友的面向你展示资格（Qualify），会觉得难为情。筛选过程会在第 8 章详述。在这里，一个女人向你展示资格（Qualify herself）意味着她在告诉你为什么你应该对她感兴趣。

尽管你号称自己在筛选她，女人们明白大部分男人不会用这种挑战的方式跟她们搭讪，除非男人们想泡她。所以，筛选开场白很可能透露出你的意图；但是，如果你以适当的方式、戏谑的语调来呈现，你便有很大的机会赢得 mm 的兴趣，因为你通过这种方式展现了高度的自信。

如果你用这种方式成功开场，那么你会发现你们已经到达筛选过程了。在这个时候，　好吸引已经形成了（即你不开口就已经能吸引她了，已经通过别的途径展现过 DHV 了）。稍后，你就要回头弥补 mm 脑中的空挡，即你是谁，为什么她会对你感兴趣。当然了，向已经被你吸引的 mm 说明为什么她会被你吸引，比向一个还没有对你产生兴趣的 mm 建立吸引要容易多了。

直接开场白

直接开场白风险 高，但是回报也 丰厚。Badboy Lifestyle 使这类开场白得到推广，它们尤其适用于落单的女人。直接开场白在欧洲大陆等地方比较流行，在欧洲大陆，向陌生人搭讪并不是一件寻常的事情。在这些文明之中，无论你用什么开场白，搭讪一群陌生人总是伴着很高的失败风险。既然这样，你倒不如使用回报 丰厚的直接开场白。

Badboy Lifestyle 团队基本上都使用直接开场白，甚至对女人团体也照用不误。它们的确管用，前提是你要有很强大的肢体语言和说话语调。

直接开场白举例：

A、我很喜欢你，我想要了解你。

B、你很可爱/有吸引力。

C、 你是我 想约会的那种女人。

直接开场白通常逼迫女人决定是否要对你产生兴趣。但是，她可能对你一无所知，除了你的外貌、衣着、举止以及你向她所说的开场白。所以，一开始你的语言和非语言交流(肢体，衣着，容貌)就必须非常强大。

故意向女人传递你的兴趣，比用不恰当的方式使用征求意见开场白更容易成功，因为后者泄露了你的兴趣。大部分女人 少都会为你的自信加分。一旦成功，你就直接进入普通对话，无需什么过度了。

不过，我不大主张使用直接开场白，除非以下三项要素之一已经具备：

1、 你的技巧相当高超。

2、 你已经参加过 Badboy Lifestyle 的专题讨论会。 3、你正准备搭讪的女人落单，时间是白天，并且，你有理由预期她会被你的外表或者非语言交流方式吸引。如果她是个超级名模，而你只是个路人甲，通常你需要时间来展示你的个性，以让她对你产生兴趣。这个时候，使用中立开场白（比如征求已经开场白）效果更好。

开场白中的非语言因素

非语言交流比语言交流更有影响力，这已是老生常谈了。这在搭讪过程中尤其正确，因为女人跟你毫不相识，所以会更多地根据非语言信号对你进行判断。

成功使用这些开场白的关键在于：你要表现得你仅仅是一个友好、开朗的人，对你来说，与陌生人说话是件极为普通而自然的事情。如果你的肢体语言和语音语调暗示：你对新朋友和新事物有一个开放的心态，并且感觉很放松。那么被你搭讪的 mm 也会感到更加放松和开放。

搭讪之前：留意你搭讪之前的行为。在你搭讪之前，许多女人都会注意到你，不论是有意识的还是下意识的。你要为自己创造一个社交型的、成功的、高价值男人的形象。例如：

搭讪时的注意事项

1、 要笑，微笑，玩得痛快。

2、 展示自信的肢体语言。

3、 做任何一个群体的领袖（使用大幅度的手势，吸取众人的注意力，等等）

4、 已经有女人围绕着你了。让一些即使相貌平平的女人围着你，刚刚认识的也不怕，这会神奇地助你吸引到漂亮 mm。

5、 不要老是走来走去。(可以尝试坐在“筜筜”旁边)

6、 不要老是四处观望。（遵守 3 秒法则，要像你突然冒出来的一样）

7、 不要明显地泡 mm。让她们围绕这你，对你感兴趣，这就很好了。不要众目睽睽地记下她的电话号码。

8、 与人交流要镇定，说话要清晰自然，这也可以传递高社交价值。然而，在一群拙男面前扮酷，只会让你成为拙男之王。

9、 要善于社交，而不是变得具有掠夺性。如果你像个鲨鱼一样凝视四周，寻找可以搭讪的女人，她们会注意到并加强防御。要留意搭讪邀请：女人在社交聚会上的行为，极少胡来的。当一群女人在某个地方驻足，通常都有一个理由。这个理由通常是：旁边的某个男人做了“搭讪之前的注意事项”中的某些事。她们希望男人去搭讪她。同样地，一个女人重复与你眼神接触，很有可能是在邀请你跟她说话。在这种情形下，可以使用高风险 -回报开场白（如无开场白、筛选开场白、直接开场白），因为你已经不需过多掩饰了。

开头的几秒钟

当你看到一个感兴趣的女人，要马上搭讪。这也被称作“3 秒法则”。这样做可以让你的开场白显得更自然，她就不会注意到你的犹豫，你也不会有时间让自己变得更紧张。如果你立即开始搭讪，你也用不着担心组合会走开或者跑去忙别的事。

女人喜欢自信和自然而然发生的事。她们不喜欢被跟踪。在她周围徘徊、围着她打转、注视她以及努力去想要跟她说什么，都会把她赶跑。养成这样的习惯：一看到靓妹，马上就去搭讪组合。你不是已经学会不少开场白了么？

在开头的几秒钟，你要微笑。在你们的整个互动中，不要咧着嘴傻笑，这样像个小丑。但是要在你走近组合的时候，以及说开场白的开头几秒钟里保持微笑。用你的眼睛微笑，而不是仅用你的嘴巴。你要对着镜子多练练。

肢体语言和语音语调

你的开场白要足够大声，以便打断组合正在进行的谈话，并获取她们的注意。不要大喊大叫，而是让她们无法不注意到你的开场白，否则她们反而会尴尬。练习说话，大声说，用你的腹腔，而非你的喉咙。用腹腔发出来的声音更深沉、有力量、能产生共振。

身体不要面向目标。不要正面走向组合，而是以某种角度靠近。从你的肩膀上掉头，并开始说开场白。一分钟左右你要转过来面向组合。正确的行为可以显著提升你的价值，因为你已展示给她们看，你并不需要她们的注意和认同。

搭讪焦虑

跟陌生女人开启一场对话可能是一件让人恐慌的事情。我们把这种恐慌称作“搭讪焦虑”。几乎所有男人都有。我们已经学会怎么处理它，你也可以做到。如果世界上不存在“搭讪焦虑”这个东西，那么酒吧和夜店的烈酒会变得很不好卖。有的男人借助酒精壮胆，减低自制力，以提升搭讪女人的信心。不幸的是，你不能仅仅把酒精送到控制你自制力的大脑部位。如果你喝多了，搭讪焦虑减轻了没错，但是酒精也影响了你大脑的反应速度、记忆能力、运动能力和认知能力。这对你把妹很不利。

此外，如果你仰仗酒精来克服搭讪焦虑，那么，你就把你的把妹时机局限在可以方便得到酒精的时间和地方。理论上说，你是可以一整天醉醺醺地到处跟女人见面

的。可能有一到两天这样的好玩时光。实际上这的确很好玩。我可以告诉你我的个人经历，在我上大学的时候，这是我们的“春假”（复活节假期）。

回到现实。如果你不打算用酒精或毒品等化学品来改变你的大脑，那么你就需要从心理上去克服搭讪焦虑。这可不容易，但是绝对必要。以下建议可能帮到你：

认识到：拒绝不是坏事情。

在我学会搭讪之前，我记得有天晚上，在圣地亚哥一个很受欢迎的夜店，我搭讪了 15 个组合，而且，其中没有一个对话持续超过 2 分钟。我一个组合也没有成功打开过。

几周之后，我和一个曾经参加过“迷男方法”综合培训的家伙出去。我看到他是如何有效打开组合的，并有了一点进步。逐渐地，更多的组合开始被我打开。

我在那两周里面变成另外一个人了吗？不。我只是学会了怎么打开组合。没有人拒绝我。她们在拒绝我的开场白，的确如此，因为我的开场白令人讨厌。她们也不可能拒绝我，因为她们不可能在不到两分钟时间内认识我。她们对我一无所知。就像投篮不准会输掉篮球比赛一样，开场白说不好会让女人表示拒绝。你需要的就是不断练习开场白， 终你会成功的。

你可以去一个没人认识你的地方，使用一个荒谬的开场白，即你认为不可能有效的那种。试验 10 次。你不会死掉。一个不起作用的开场白，以及由此引发的拒绝，两者之间的关联，会实实在在地在你脑中内化。

当作热身

把你开头的几次搭讪当作热身。基本上，大多数人需要慢慢地进入与陌生人互动的进程。在你出门之前，你可以做些事情来提升你的社交能量。比如给朋友打电话，听高能音乐，随机与他人互动等等。刚刚还独自一人面对着电脑，马上要变成派对动物，这可真有点难度。

使用征求意见开场白征求意见开场白对克服搭讪焦虑很有用。因为，你毕竟只是在问一个问题。你没有想与任何人搭讪（呵呵）。而且这个开场白是设计好的，你可以把注意力放在呈现方式上。

呈现方式的好坏直接影响开场白的效果。所以，给自己一个机会，告诉自己你的开场白非常棒（这个开场白是个完美设计，要对开场白有信心），这 终对你有益无害。

创造激励

很少人喜欢开场白。有的人为自己设置目标，一天或一周要搭讪多少个 mm。有的人更进一步，他们为自己设置奖惩制度，达标了自我奖励，没达标则自我惩罚。比如，迷男方法里就建议：跟你的朋友一起出去，交 200 元给他，每搭讪一个返还 20 元。或者，告诉你的朋友，今晚不搭讪 8 个组合就不开车送你回家。

跟男人打交道

不要害怕混合组合（包含男人和女人的组合）。如果你使用征求意见开场白，混合组合比纯 mm 组合更容易上手，因为你应该可以很自然的跟组合中的男人展开对话。如果她们觉得你有趣，女人会想要得到你的注意。以开玩笑的态度忽视或戏弄你感兴趣的女人，你可以开始创造一种情绪张力，这通常会引向吸引。

即使组合里的男人比女人还多。组合里的男女关系也会在互动中很快变得清晰（通常在你问他们：你们是怎么互相认识的？或者你们认识多久了？）。组合中的任何单身女人都会给你加分，因为你够胆来搭讪这样的组合，大部分男人可没这个勇气。

不要与组合中的其他男人制造冲突。如果你不能与她生活中的男人相处，女人对你的兴趣会减少。如果你看上去不尊重女人的兄弟、姐妹的男朋友、同事、男性朋友以及她社交圈里的任何男人，你会被认为缺乏社交直觉，这对女人一点吸引力也没有。你也会因此在她的社交圈内树敌，你的敌人会跟她说你的坏话。

以朋友的方式对待其他男人，可别乱拍他们马屁。如果你这样做，组合里没人会对你感兴趣。你只是要尊重他们。想知道怎样才能让别的男人支持（至少保持中立）你和 mm 的关系吗？一个与别人构建紧密关系的技巧是，你要把他们视为已是你的朋友。像对待你身边的朋友一样，对待女人组合中的男人。体育、器械（比较手机通常有用）、汽车、酒、电影等等都是与其他男人沟通的很好话题。

那么，打开混合组合与打开纯 mm 组合区别在哪？ 1、主要跟组合中的男人说话，至少刚开始要这样做。

2、 迅速搞清楚组合中的人都是怎么认识彼此的（这样你就知道哪些 mm 是单身，哪些 mm 的男朋友或老公正在组合中）

3、 使用一个与事件或行动有关，而与情绪不那么有关的开场白，并征求女人的意见。

如果组合中别的男人与女人当晚刚刚认识，那么他们就是你的潜在对手。如果他们与你竞争同一个女人，忽视他。如果他们搭讪目标的朋友，并且做得还不错，你要像朋友一样对他。在这些情形中，你们很有可能同生共死。详见第 19 章僚机部分。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

第 6 章 过渡

本章内容

- 过渡的意义
- 关键词过渡法
- 观察过渡法
- 句式过渡法
- 无过渡法

过渡的意义

过渡是连接开场白与吸引过程的桥梁。为了进入吸引过程，你与女人间的谈话，必须达到这样一个地步，可以随意的谈论任何一个话题，可以随意的表达自己的情绪。我们称这种交流为朋友间的正常谈话。一旦你能够与女人开始朋友间的正常谈话，过渡就可以结束了。

有时候，你可以在开场白之后，立即开始朋友间的正常谈话。比如，你使用诸如“我喜欢你，我想认识你”这样的直接开场白，如果她回应是积极的话，你就可以直接开始朋友间的正常谈话了。此时，任何话题都可以成为你的下一个话题，你不需要再过渡了。

但是，如果你问她几点了，你不可以直接跳到关于个人的话题上去。如果你这样做的话，会使你和她都感到尴尬。一般而言，开场白的风险越低，你花在过渡上的功夫也就越大。

让我们看一下四种一般的过渡方式。

关键词过渡（下切、平行法）

关键词过渡利用她或她所在组合，对你开场白的回应，转换到一个新的话题上去。例如，如果你使用如下开场白“我朋友 Eddie 和他女友分手了，想和

她前女友的朋友约会”（见第五章），谈一些诸如我 好的朋友，刚返回伦敦的家中，近正处于类似的尴尬境地中。

如果你反应够快，也许你马上就可以发现一个关键词过渡的好机会，（可能她的回应，让你意识到她可能是伦敦人）打断她，确认她是否来自伦敦。当她告诉你，她是伦敦人，你就可以谈论与伦敦相关的奇闻轶事了。这不必花多长时间，但是这使她被谈话吸引了，而不是被关于 Eddie 的话题吸引。这就足够有趣了。

返回去继续谈论 Eddie，就意味着回到开场白。

这个开场白可以用来作为范例：

我：那个穿着绿色 T 恤的人就是我朋友 Eddie，他刚和他女友分手了。你认为他至少得等多久，才能约他前女友的朋友出来约会？

她：唔，我不知道。我的好朋友 Jane，她回伦敦老家去了，也处于那种境地中。有两个家伙，她和其中一个在谈恋爱。

我：（打断她）你是伦敦人？哦，我的上帝，我刚从伦敦回来。我在那过得很开心。（下切法）

她：你在伦敦做什么呢？

然后开始吸引过程（第七章）

这很容易吧？好吧，让我们假装她没有问我“我在伦敦做什么”，只是返回关于 Eddie 的话题。这也许意味着，她回应我的开场白，只是出于礼貌，而且她对我不是特别感兴趣。也或者意味着，她对 Eddie 的尴尬处境，比对我的伦敦影响更感兴趣。也或者不代表任何意思。这不重要。确保强框架，确保谈话进阶，不要回头。

让我们从我打断她的地方把谈话继续下去。

我：（打断她）你是伦敦人？哦，我的上帝，我刚从伦敦回来。我在那过得很开心。

她：是的，所以，Jane 最终决定，她不能即和他们中的一个人做朋友，又和。。。

我：（打断她）用英国口音说话，听起来是不是更像一个有学问的人？我朋友在英国梅费尔开了家饭店，里面打扫卫生的听起来都像哈佛博士，甚至是在他们谈论拖把和桌子时。你注意到这一点了吗？（提供话题，平行法）她：是的，有点，但我已经很久没回伦敦了。

我：是吗？哦，我喜欢伦敦。我乘坐直升飞机俯瞰伦敦，而且。。。

然后开始吸引过程（第七章）

顺便说一句，你不必用打断话题的方式来进行关键词过渡。但是，你不应该用回顾谈话的方式来寻找你的过渡关键词。例如，我们持续谈论 Jane 和 Eddie 的话题已经有几分钟了。之后，开始谈论伦敦，有点不自然。这看上去就像，我在努力抓住机会使谈话继续下去，这就使我在有机会吸引她之前，过早地透漏了我对她的兴趣。

一个更好的策略是，在开场白中，创造可以利用的关键词过渡，特别是在你的意见开场白中（见第五章）。例如，在你询问关于 Eddie 的处境之后，她给你她的回答。你可以接着说，你和 Eddie 前一天在机场刚刚谈论过这个问题，他告诉我。。。（插入更多细节）。我们把提及机场的做法称为“话梗”（详见第十七章-讲故事）。如果她询问哪里的机场，或者问你是来旅游的吗？于是，她打开了关键词过渡的方便之门。

要善于利用关键词过渡，你需要良好的即兴谈话技巧（这得多练），并且应该对提及的新话题有足够地热情，使你的交谈对象能受到你的影响。

观察过渡法

当你注意到她或她所在组合的某些明显的特别之处的时候，可以使用观察过渡法。这种过渡应该是比较自然的，尽管这个特别之处让你能够有机会取笑她。

要使观察过渡法起作用，你必须让你的交谈对象觉得，你的确是从她身上发现某些东西了，这完全是无意的。以下是一些要点。

观察过渡法经常连接冷读，冷读是一种告诉人们一些人性的共同点，却又看起来像是专门针对她说的一种艺术。以下是几个范例： 好朋友测试：

如果我接近两个女人的组合，我经常会使用好朋友惯例。感谢“style”。我的版本是从他那里进化来的，经过反复使用后，你的各种惯例应该进化到就像为你量身打造的那样。所以应该把精力放在理解惯例上，而不是死记硬背惯例上。括号中的是对正在进行的对话，或者我当时的想法的说明。

我：（在开场白之后的某个点打断对话）你们认识很久了吧，是不是？她们：blabla（不管她们回答什么，除非我想利用它作为关键词过渡）我：我注意到你们有一样的（你暂停，微笑）微笑。

她们：哈哈哈（如果她们不笑，你可能就出局了）我：这样，让我给你们展示一些真正特别的东西吧。你和你朋友（停顿）用同一种洗发水吧？/你和你朋友（停顿）喜欢同一种颜色吧？（任何类似的问题）

（我们需要探索一下，在这种情况下的可能后续，女人在这种情况下一般会有三种反应： 1、她们会互相看对方；2、其中一个会看另一个；3、她们都眼睛看向正前方）

1、如果她们互相看对方

我：（在她们中间挥挥手以吸引她们的注意）看，你们在回答问题之前都会互相看对方。（暂停–她们会再次转头互相看对方）你们刚才又互相看对方了。（她们笑起来，并再次互相看对方）又是一次。（她们会笑起来，并再次互相看对方。你可以这样重复好几次，如果你愿意的话，但一到两次就够了）你看，哪些有强烈情感联系的人们，在回答一些有着共同体验的问题时会互相看对方一眼。

（继续。。。）

2、其中一个会看另一个

我：看，她是在你们两个人中间占主导地位的人（指向那个主动看向另一个人的那个人），因为你先看她了。（她们会笑起来，或者讨论这个现象。让她们说一会，然后转向那个主动的人）所以，如果她犯规了，我会带她来见你，让你处置她。
（顺便说一句，这个冷读不一定准，所以要以开玩笑的口吻说，不要搞得像一个心理学测试。）

3、她们都眼睛看向正前方

我：真有趣。一般而言，哪些有强烈情感联系的人们，在回答一些有着共同体验的问题时会互相看对方一眼。而你们两个都没有看对方，也许你们还不是很要好的朋友。（通常，这时，她们会互相看对方一眼，而我会抓住机会，取笑她们一下，就像这样）我知道你们其实在心底里是把对方当做最好的朋友的。

好朋友测试的高阶提示：

“让我给你们展示一些真正特别的东西吧”是一个很有用的句式。它可以过渡到假性时间限制，例如“然后，我就应该回到我朋友那边去了。它也可以过渡到一个肢体动作，通常说完这句话后，我会从她们中间挤过去，她们会面向我，而我则舒服的站在那，或者斜倚在墙上、吧台上，等等。我们称这个为锁定，稍后第十八章，我们会谈到这个技巧。

对于一个女人的观察过渡法：我：我打赌，大多数人都认为你比较严肃。但我不这样认为，我的直觉告诉我，你只是有点害羞，所以，当你与陌生人交往时，你就把自己封闭起来了。

对于两个女人的观察过渡法：

我：看起来，你（随机指一个人）是一个好人，而你（指另一个人）是一个坏人。不过这没关系，你可以做天使，而你可以做恶魔，然后你们两个分别挽住我的手臂，往前走。我们会让街上所有的女人嫉妒。而且，每次要做决定的时候，你们可以悄悄告诉我你的决定，看看谁的决定更吸引人。

句式过渡法（平行法）

句式过渡法实际上是带拐杖的“无过渡法”。拐杖就是连接你的开场白和你的下一个吸引过程话题的一些连接句式。诸如：

- 这让我想起。。。
- 这就像。。。
- 是的，这听起来很疯狂，因为。。。

即使你的开场白和你的下一个吸引过程话题之间没有任何联系，你也可以使用这些句式。

无过渡

使用无过渡法意味着直接开始谈论一个不相关的话题。这也许会让人觉得生硬。事实上，大多数人-尤其是女人-不在乎不同话题之间是否有什么联系，只要话题能让她们感兴趣。想象一下单口相声表演，也许表演由某些话题组成，但这些话题很少有

联系，比如说完几个关于飞机的笑话后，会接着说几个电影明星的笑话。它们之间完全没有关系，但看表演的人不在乎，因为我们对表演的内容感兴趣。

这也就是说，无过渡有时候会让她感到尴尬，是因为你感到这有点尴尬，进而影响到你与对方之间的非语言交流。既然你可以直接跳过过渡，那就别在过渡上面费功夫了。你直接跳过过渡就是了。

第 **7** 章 吸引

本章内容

- 吸引的意义
- 女人的价值
- 男人的价值
- 无兴趣
- 如何 DHV
- 各个吸引要素的 DHV 方法
- 判断女人被你吸引的信号

吸引的意义

当你能够和女人开始朋友间的正常谈话的时候，吸引过程就开始了。如果你和某个女人是通过社交介绍（详见第十二章）认识的，那么你们认识的那一刻，你们就进入吸引过程了。如果她对你来说是一个陌生人，在过度之后，或者一个无过度开场白后，吸引过程就开始了。

该过程在她开始对你这个男人感兴趣，对你这个男人好奇，把你这个男人作为一个开始一段新关系的潜在对象时结束。注意，是把你当作一个男人，而不是当作一个朋友，更不是当作一个搞怪的小丑。

为了解释这如何运作的，我们使用一个概念-价值。这不是指你作为一个人的内在价值。你的价值要在某一个特定的时候，对某一个特定的女人，显得恰到好处。一般而言，女人的价值基于在男人面前自我感觉良好的程度。当你表现的价值大于她表现的价值时，她会开始被你吸引。

当她回应你的筛选时，你就知道她已经开始被你吸引了（见第八章）。你可以通过观察一些她被你吸引的信号，来估计她被你吸引的程度。这会在本章后部分讨论。

创造吸引的 好方式是，她发现你的某个特性是她喜欢的。这会提升你的价值。我们用 DHV 表示这个意思。由于在吸引过程，你可能对她不了解，不知道她喜欢什么，不喜欢什么。你应该寻找各种机会，DHV 各种第三章中提及的吸引要素。

吸引过程大概花费 2-20 分钟，而且你应该提供谈话内容的 90%以上。试着尽可能快的通过吸引过程。原因是由于，情感发展进程模式是这样运作的，你应该引导女人经历情感发展进程模式中的每一个情感，直到你达到你的 终目的。无止境的提供吸引要素，不会让你达到 终目的。除非她喝醉了，饥渴了，有意寻找一夜情。

另一个要尽可能快的通过吸引过程的原因是，与陌生人的互动可能会毫无征兆的突然停止。就像你将在第九章和第二十二章看到的那样，你应该确保再次看到上次那个女人时，显得很自然。至少要确保你在与女人的第一次互动中，你已经进入到舒适感阶段。既然你不知道你有多少时间来达到这个目的，那就不要浪费时间了，抓紧时间吧。

后的提示：对于男人来说，吸引就像一个开关。大多数男人对某些女人会产生吸引，对某些女人则完全不会产生吸引。对于女人，吸引是一个持续的过程，就像吹气球一样。D HV 就是在往气球里打气，当你停止往气球里打气的时候，气球就会开始慢慢漏气。如果你让足够多的气从气球里漏掉，同时不再往气球里吹气的话，吸引将消失。之后，吸引很难再被重建起来了，她会开始寻找其它新的气球了。你要确保不断地，定期地，通过你与她的互动，来刷新她对你的吸引。

女人的价值

就像我们前面所说的，女人的价值基于在男人面前自我感觉良好的程度。这与你心里对她的评价无关。大多数肤浅的男人，第一反应就是认为，女人对自己价值的评价，与自己的外貌身材紧密相关。其实，女人对自己价值的评价是基于她对自己外貌身材的感觉，这感觉来自她的自信心，来自她之前与男人交往的经验，来自她与其他女人比较后的感觉。

事实上，越是辣妹，诸如自信心等不确定因素对女人自我评价的影响越大。一些极其漂亮的女人对保持自己头部停止有着强烈的心理暗示。从她们小时候开始，她们就发现一些规则对她们不起作用。男人会给她们进入高级社交场合大开方便之门，给她们金钱，等等其他令人兴奋的东西，而这些对于普通女人来说是不可能的。如果这

些漂亮女人把它当成理所当然的事情的话，她的自信心会开始膨胀；如果她认为这些不是她应得的，她的自信心就会受到打击。漂亮女人会发现，她们会被其他女人无理由的憎恨，会被其他人当作花瓶一样对待。除非这些漂亮女人特别有个性，或者有着显赫的家世，否则大多数漂亮女人都会变得有一点点蠢。一些漂亮女人认为她们到哪都会是焦点，一些则认为她们平淡无奇，还有一些甚至可能由于专注于自己的某些缺陷，认为自己不漂亮。

此外，女人对自己的评价会基于社交环境的变化而快速改变。把一个漂亮女人扔进一堆平庸女人中时，她会感到自己很漂亮；而把她扔到一堆超级模特当中时，她会感到自己很平庸。当她在高级俱乐部里得到一份服务员的工作，并且经常与一些高价值男调情的话，她可能会再次感到自己很漂亮，直到她不再干这份工作。一身新装扮或者一个新发型会让她对自己打高分。看到她的前男友和一个漂亮女人约会，可能会让她对自己打低分，诸如此类。所有这些都说明了，女人对自己的评价与你心里对她的评价无关。

男人的价值

当你第一次与一个女人认识时，女人会把你的价值假定为，和你所处环境中的其他男人的价值水平大体相当的水平上。如果你作为一个陌生人在酒吧接近一个女人，她会注意你的衣着，肢体语言，和大体影响。但她也可能把你看成，和之前酒吧里那些接近她的低价值男是一类人。这样，她会假定你也是低价值男，直到你证明她错了。这些可以说明，为什么许多女人对那些难以进入的 VIP 俱乐部中的男人，比对那些普通酒吧里的男人更感兴趣。你也可以这样想，想象你在某个 VIP 俱乐部遇见某人，同等条件下，你会假设，他们比那些你在路边碰到的人更有价值。

但是，你认识女人时的社交环境不是 主要的。本章会教你一些技巧，来快速改变女人对你的影响。即使你是在 VIP 俱乐部里认识的女人，你也仍旧需要提升你的价值。就像其他物种一样，雄性都是在雌性面前炫耀展示自己，而雌性则选择她们喜欢的那个。作为一个“选择者”，女人通常会感到她的价值高于大多数男人。

失格

上面我们提到，要提升你的价值，你要把你的特性展示给女人。如果她们感到你是在炫耀，她们就会对你所说的感到怀疑。如果女人感到你的那些高价值特性不是被故意展示出来的话，她们会更容易对此感兴趣的。

DHV 的一个 重要的技巧就是，要用一种微妙的，间接的方式来展示。我们会在本章的“怎样 DHV”中来详细说明。尽管如此，如果女人认为你是针对她展示的这个技巧，该技巧也不会起作用。

有一个我们称之为“失格”的技巧可以达到这个目的。失格就是说，我们明明对她感兴趣，却通过语言或行为表现的对她不感兴趣。这会让女人认为我们不是来泡她的，好笑的是，这会让我们更有效的去泡她。她以后会因此感谢你的。

一个好的失格有三个要素，首先，失格必须是有选择的姿态作出的。你选择对她不感兴趣。其次，失格必须是积极的。你不是因为她的某个缺陷而对她显示无兴趣（除非你明显是和她在开玩笑，在之后会有范例）。失格决不能表现的像是一个无礼的侮辱性举动。第三，失格的对象必须是可以改正的缺点，可以克服的障碍。你希望她能改正它，从而在过些时候，能重新赢得你的兴趣。告诉她，你已经结婚了，并且有三个小孩，这绝不是一个好主意，也绝不是一个可以克服的障碍。以下是一些好的失格范例：

- “你很有趣，可惜的是，你不是我喜欢的类型。”
- “我的女朋友”（先营造一个角色扮演的环境，她扮演你的女朋友，扮演完之后再取消她的资格）
- “我喜欢的类型是，高的/矮的/白皙的/黝黑的”（任何她不具备的特性）
- “你和我不会在一起的”（说的时候保持微笑，表明你不是认真的）

失格本身也传达了价值。它使你成为一个挑战。一个有效的失格应该：

1、 是她能够理解的，以便她不会尝试去保护她自己不被你伤害。

2、 是在吸引过程的早期就应该使用的，你与一个辣妹交谈越久，而你不释放任何无兴趣指标的话，你就越像一个想泡她的低价值男。

失格不总是用语言来表达。有时候，你可以用非语言交流来达到同样的目的。当你对她流露出感兴趣的姿态时，使用一些自然的，显示无兴趣兴趣的动作来失格。有时候你仅仅需要故意无回应，就能失格。例如：当她主动碰你的时候，你故意不看她；故意无视组合中的那个她；或者当她要求你买酒给她时，不给她买酒。

失格理论很容易就可以写成一本书那么厚，高级的把妹理论都会在开场白中使用失格或打压。

打压

在迷男方法中被过度使用和误解了。本书中，打压的作用很有限，而且只应用在一些特定的目标场合下。我们只是把打压作为一个潜在的工具，你完全可以在和女人的交往中不用任何打压而达到目的。

打压是非常强力的失格工具，也能制造 DHV 效果。我们应该是在有正面的提醒意味的情况下，或至少是自然的、无意的情况下，对一个女人使用打压的，你只是碰巧注意到她的某个缺陷而已。请看如下这个经典的打压。

“指甲很漂亮，是真的吗？”表现得像是一个恭维一样，直到她承认她的指甲是假的。“你眨眼次数有点多啊，眼睛不舒服吗？”（很自然的说出来）“你说话的时候，鼻子会动诶”（说的时候，就像你认为这个动作很幼稚一样）一个有效的打压：

1、会让她和她的朋友认为你对她无兴趣。那些对她有兴趣的男人不会打压她。 2、暂时降低她的价值，缩小你和她之间潜在的价值差距

3、提升你的价值。低价值男不会打压高价值女，低价值男只会辱骂那些得不到的女人，而你则是打压，绝不是辱骂。

问题是，打压的效果经常会有点过火，如果使用不恰当的话。以下是避免发生这类事情的提示：

1、 只对高分女打压。如果她不是人群中 吸引人的那个，不要打压她。

2、 不要过度打压，一到两个打压通常就绝对足够了。

3、 不要把注意力集中在打压话题上。快速转换话题，或者在你说一个很长的故事或段子的时候，插入一个打压，然后接着说故事。当你使用打压后，你应该总是 马上说一些无关紧要的话。如果你等待她的回应的话，她可能会感到有必要作出防御，或者反过来打压你，以便挽回面子，尤其是在她的朋友面前。

如何 **DHV**

有五种基本的 DHV 方法。我把他们列举如下，按照有效程度，由高到低排列，并为每种方法提供一个基于经典场景下的假象的例子。

1、 让她发现展示法她看见我从豪华轿车里走出来，进入一家新开的高级酒店里，并且有专门的高级酒店服务员把我引到 好的座位上。

2、 让她从她的熟人那了解展示法她 好的朋友告诉她，这家酒店的老板是我的朋友。

3、 让她从其他可信途径了解展示法她看到了一张我和酒店老板的合影照片

4、 让她从你的熟人那了解展示法我朋友告诉她，这家酒店的老板是我的朋友。

5、 亲自暗示她展示法我告诉她，这家酒店的老板是我的朋友。

让我们更详细的说明一下这些 DHV 的方式。

让她发现展示法

大多数情况下，这种方法是 可取的 DHV 方法。我们总是相信眼见为实。不幸的是，大多数情况下不可能做到这点。例如，当你在飞机上坐在一个女人旁边的时候，你很难让她注意到你的预选 DHV 特性。

我们通常用让她发现的方式来展示沟通能力，这里沟通能力指做一些能让她发笑的事，或者教她一些她感兴趣的技巧。

让她从她的熟人那了解展示法

如果我们不能让女人自己发现的方式来 DHV。第二个备用选择是，让她从你或她的朋友口中了解的方式来 DHV。这个渠道和她越接近，通过该渠道了解的 DHV 就越有分量。下面列举了三种渠道，从高影响力（ 难使用的）到低影响力（ 容易使用的）顺序排列。

个人渠道：如果她的朋友喜欢你，通过个人渠道 DHV 会自发的给到她，所以与她的朋友或她周围的人搞好关系很重要。你也可以试着在她朋友面前 DHV 你自己，同时祈祷她们能帮你把这些 DHV 转告给她。但是，你要避免显得对她的朋友感兴趣，因为这也许会让你真正感兴趣的女人因此而回避你。你可以通过一个专业的僚机来间接展示 DHV。在你的朋友圈里，间接展示 DHV 也是很容易做到的。（见第 12 章）

让她从其他可信途径了解展示法

即从她认为的，与你和她都没有关系的，人的口中了解到的 DHV。比如陌生人，咖啡馆老板，网络等等。如果你事先计划好的话，你可以让她认为，她是从一个可信的途径了解的 DHV。例如，你可以事先说服一位你经常光顾的咖啡馆的老板，在你泡澡堂的时候，帮你对她说一些你在咖啡馆中的奇闻异事。当你在一个社交场合遇到一位美女，试着给所有人留下好印象，也许她会在听其他女人说起你有多好的时候，或者她的好朋友谈论你的一些 DHV 的时候，会想过来认识你一下。

让她从我的熟人那了解展示法

大多数女人会比较相信你朋友对你的评价，而不相信你对自己的评价。即使她假设你朋友是站在一个偏向与你的立场上说的话。从偏向于你的途径了解到的 DHV 也是很有效的，例如财富。如果你告诉她你很有钱，这可能会让她转身离去。但如果是你朋友告诉她的，她可能会注意到你。通常，如果我和我朋友在一个聚会上遇到一位美女，我会过去打开她，再介绍给我的朋友，接着我就在周围随便晃一段时间，然后，我朋友就会负责向她谈论我的 D HV。 亲自暗示她展示法

这是 吃力不讨好的做法，只有在你实在没有其他好的方式来 DHV 你自己的时候才使用。通过这个途径 DHV 的 大挑战就是，如何避免显得你在炫耀你自己。炫耀自己会让你显得没有安全感，缺乏自信，没有社交直觉。

通过有技巧的植入 DHV 的方式讲故事，是这方面 有用的一种方式。我们会在第十七章详细讨论这个技巧。然而，既然这个技巧这么重要，我们在这里先简短的讨论一下。植入 DHV 的技巧就是，这个 DHV 显得只是故事里顺带提到的，而不是这个故事要表现的主题。找找看，下面这个虚构的故事中植入了多少个 DHV。

我的前女友到机场来接我。通常，她开一辆奥迪，但是，今天她开了一辆红色玛莎拉蒂跑车。她没有对此说任何东西，所以我也假装没看见，就是为了想气气她。

但是 5 分钟后，在机场外面，我们被警察要求把车靠边停下来。因为车牌是无效的，注册车主不是她，车也没有上保险。我小声对她说：“凯伦，你最好告诉我，你改行当毒品贩子了？”

最终，她解释说，有人给她这辆车用来拍汽车广告，并出示了照片，尽管她本不应该开着它离开取景地点的，但是她认为开着这辆车来接我会很有趣。最后，我们花了 2 个小时才从警察手里脱身。

我很难过，因为她将要面临很多麻烦。尽管开一辆玛莎拉蒂跑车很有意思，但是在路边，被八辆警车环绕 2 个小时，就一点也不好玩了。

不要用这个故事。首先，这故事一点也不适合你。其次，这故事只是设计用来示范如何植入 DHV 的，而不是示范如何构建一个有吸引力的故事的。那么故事中植入了多少个 DHV 呢？

1. 故事说你有一个前女友，说明你不是一个完全的失败者。

2. 她前女友会来机场接他，说明他和前女友关系还不错。

3. 他从机场出来，说明他有出去旅行过。

4. 他前女友有一辆奥迪，没必要给前女友这个角色太多高价值，但这里含蓄的给了他前女友一点高价值。

5. 他前女友在做广告模特，说明她肯定是长得不错。

6. 她前女友可以因为拍广告，有一辆高级跑车让她随便开开，说明她肯定是个大美女。

在故事中植入 DHV，有两个关键的原则。

第一，如果你从故事中拿走所有植入的 DHV，故事本身仍旧是要有趣的。

第二，每一个植入的 DHV，必须是和故事紧密相关的，不能看上去像硬塞进去的。再强调一下：你应该植入你的 DHV，而不是炫耀你的 DHV。

展示 **DHV** 的一些典型方式

应用上述技巧，你现在应该可以用一些适当，有效的方式，来展示所有第三章提及八个主要 DHV 了。一些通用的模式如下：

1、 基础 DHV（健康的，有社交直觉的，幽默的）一般总是通过让她主动发现的方式来展示，用其他方法反倒不好。

2、 特性 DHV（权利，地位，财富）的展示，比较灵活。如果他们能通过普通的社交场合来合理的展示的话，会非常有力量的。否则的话，这些 DHV 只能通过被其他人告知的方式来展示。

3、 一致性 DHV（自信，预选，有挑战性）的展示，优先选用被观察的方式来展示，虽然预选也可以通过将故事植入 DHV 或间接通过你的朋友告诉她的方式来展示。

DHVs		让她发现	让她了解：从朋友那儿	让她了解：渠道	让她了解：从我的熟人那儿	告诉她
基础	健康	高	中下	中下	中下	中下
	社交直觉	高	低	低	低	低
	幽默	高	低	低	低	低
特性	地位	高	高	高	高	高
	财富	中	高	高	高	中
一致性	自信	高	低	低	低	No
	预选	高	中	中下	高	高
	挑战	高	低	低	中下	低

健康健康一般通过让她发现的方式展示的。如果你身材很棒，用时尚的装扮秀一下。健康也可以通过让她了解或植入 DHV 的方式来展示，但这些方式仅仅是只是强化，她看到你本人时的一点感受而已。在故事里植入爬山或者竹筏漂流的段子，可能会引起她的注意，但是如果她从你本人身上，没有发现与之相符的健康要素的话，很难让她信服。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观？

你的小火箭发射了吗？

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

社交直觉

社交直觉一般也是通过让她发现的方式展示的。从你认识女人开始，她就在潜意识里评价你的社交技巧了。如果她在你与她互动之前就注意到你了，她就会通过你与其他人的互动来观察你的社交直觉。所以，总是确保你是个有教养，有风度的人。如果你在聚会，酒吧等社交场合，要总是和和周围人打成一片，玩的开心点。不要到处乱逛，表现的就像是专门来找女人的样子。

能展示社交直觉的方式是，打开好几个组合，并在接下来的几分钟内主导谈话的进行。

你的能量状态也是社交直觉的展示。你的兴奋度，能量水平要稍稍比她的高一点点，并且认识陌生人时要表现出真正的激情。热情是会感染人的。因此和自信，高兴奋度的人一起出去把妹，效果是很显著的。

幽默

幽默一般也是通过让她发现的方式展示的。假装你已婚，然后离异了，然后你和前妻为了一些 DVD 光碟的归属问题而争论，对大多数女人来说，这会是一个有趣的话题。

如果你发现，在认识某人的开头几分钟内，表现地幽默一点是比较困难的话，尝试角色扮演，或者其他愚蠢的游戏。例如，在谈话进行一段时间后，如果你不同意她所说的，你可以说我要与你离婚，表现的就像开玩笑一样。然后，当她说了一些你喜欢的话，再次向她求婚。然后，在之后争论 DVD 光碟应该归谁的时候，再次提出离婚。或者，如果她告诉你她喜欢滑雪，你就开始计划和她一起去南极的旅行。说你到南极之后，你会去偷圣诞老人的礼物清单，然后要他用瑞士的雪山作为礼物来交换，这样，你们就能随时都有地方滑雪了。这很幼稚，但是很有趣。大多数女人在与一个男人第一次接触的时候，会喜欢表现的幼稚和有趣的男人，不喜欢表现的成熟和严肃的男人。

你也可以和她玩拇指大战的游戏。如果一些游戏在你小时候很有趣的话，那麼现在它们依然会很有趣。

地位

地位属于特性的范畴了。你在展示关于特性的 DHV 时，比展示关于基础的 DHV 时，有更多的灵活性。

让女人注意到你是有地位的，既可以通过展示你真实的地位（例如，在一个热闹的夜总会里轻松解决一系列麻烦），也可以通过你朋友辅助的方式来展现。当你在尝试吸引一个女人的时候，你朋友应该尽可能对你表现的顺从一点，除非你朋友正尝试搞定其他女人，对你顺从的表现会破坏他的形象。你朋友也可以在你和她面前，随机表现出要对你表示感谢的情景，例如感谢你邀请他参加某个聚会，感谢你给他介绍工作，或其他任何能表现你地位的事情。

如果你用植入 DHV 的方式来展示你的地位，以下有一些很有用的植入方式：
1、你朋友或同事在某个重要时刻会向你求助，因为他们尊敬你，并且依赖你。
2、你的职业生涯（如果当时情景下说故事的条件合适的话） 3、你认识某个有地位的人（注意避免攀亲带故，认识就行）

财富

让女人注意到你是有钱人是需要一点心思的。用你的出行方式来炫耀，会给人以不好的印象，这会显得你没有社交直觉，并且可能会让人以为，你在用这种方式来补偿你生活中的其他不足。例如，在一些文化中，驾驶一种非常昂贵的小型跑车，就会给人以这种不好的印象。

当一个女人观察一个男人的富有程度时，她会从所有方面来考察：他穿什么衣服，他开什么车，他住哪里，等等。如果你不是很富裕，尽力展示你所拥有的吧。把一张 100 美元的账单放到一堆小面额的账单中间来暗示你还是有能力买好东西的。保持你的所有东西都是好的，而不是破破烂烂的。另外，要记住，财富也包括你今后赚钱的能力。一个医科毕业生可能现在不是很有钱，但是，大多数女人会认为他将来会很有钱。

糟的一种展示你财富的方式就是，当她和你一起出去的时候，在她身上大把花钱。不要给她买酒，或者在第一次和她约会的时候，就去那种很贵的地方。如果女人感到你正尝试用钱来赢得她的好感，她可能会好奇，你是否一无是处，只能通过金钱来赢得她的好感。如果你在她身上花很多钱的话，她可能会更加注意不让你和她有什么亲密举动，从而希望将来能让你花更多金钱在她身上，或者只是为了不要让她自己感到，自己像一个妓女那样，为了钱才和你 SC。第十六章会详细介绍关于如何在女人身上花钱和约会的技巧。

相反，如果一个女人在你第一次认识她的时候，要求你买酒给她，她不是为了测试你是否有钱。她可能对你完全没有兴趣，只是想要一杯免费的酒水而已，同时让自己有一种很满足的感觉。或者她是想测试一下，你是否有挑战性。

在故事中植入财富的 DHV 是比较困难的，必须很小心。通常， 好用让她了解的方法来展示你的财富。因为其他人完全有自由来评价你的财富。

自信

自信，就像健康一样， 好用让她自己发现的方式来展示。女人不会有意识的寻找自信的男人，因为有钱，有地位的男人，很多都是有自信的男人。女人寻找的是能用自信对她产生影响的男人。这通常要求她能从你身上感受到第一手自信的感觉。自信可以通过如下方式来表现：

1、 毫不犹豫的上前打开她

2、 使用强烈的眼神接触

3、 说话有停顿，缓慢优雅；步伐缓慢，优雅

4、 说话清晰响亮

5、 站立的时候，身体笔直，肩膀往后靠，全身放松

6、 站立的时候，双脚与肩同宽

7、 保持你的双手在视线范围内，并且双手放松。不要有太多手部动作，不要把你的手插在口袋里或者藏在身后

8、 避免作出一些表示抗拒的动作（例如双手抱胸，酒杯端在胸前)

9、 走路时放松，悠闲一点

就像你从上面看到的那样，自信经常是以非语言的肢体动作表现出来的。我们会在第十八章详细讨论非语言交流的技巧。

上表中的要点都是很普通的。但是我经常在一些酒吧和聚会中看到，一半以上男人的肢体语言是有严重问题的，这极大的妨碍了他们对女人产生吸引。每次我的约会训练营的第一项训练任务，都是练习自信的肢体语言。如果你表现的不自信，对大多数女人来说，你就没有任何机会能够吸引到她了。当然，自信不意味着自大，也不意味着不能允许任何缺陷或失败。

你还记得在青春励志电影里，一些害羞的男孩泡到美女的故事吗？《十六支蜡烛》就是一个经典的例子。但是，真实世界是不一样的，电影中的主角在现实的高中里面，绝对泡不到女孩。每次你从电视或电影里看到，男主角这样对女主角说“恩，那个，你知道的，你愿意，星期天和我一起出去玩吗？”女主角说 “好的”。这时千万要提醒自己，这是虚构的。现实世界里，害羞，紧张

（不管你表现的多么可爱，多么让人觉得你是如何鼓足勇气的说出你想说的话）绝对是糟糕的吸引女人的方式。

被预选

在所有的社交场合，诸如夜店，聚会，充分利用每一个机会，认识尽可能多的女人。她们中的一些会在稍后回到你身边，甚至当你在与别的女人交谈的时候回到你身边。我可能会与两个女人交谈，然后意识到她们两个都不是我想吸引的女人。但是稍后，我们这个三人组合可能会接近另一个组合，由于我身边已经有女人了，这就展示了预选的价值（即使我们明显不是很熟的样子），并且不管这个新组合中是否有男人，我都处于有利地位。你也可以和你的有吸引力的女性朋友一起出门，这也能帮助你认识其他女人。

记住，其他女人对预选你的女人的评价也会影响到你的价值的。酒吧里醉醺醺的，每个男人都可以亲她一下的，没有吸引力的女人，不是你预选的对象。

预选也可以通过让她了解的方式来展示（通常是由你的朋友来告诉她），也可以通过植入 DHV 的方式来展示。两个关于你前女友的故事就已经足够达到展示被预选的目的了。不要过火，对刚认识的人谈论你前女友的事是不正常的。他们会认为你没有社交直觉，或者沉迷于过去，对开始一段新恋情还没有准备好。

有挑战性的

有挑战性是很重要的。事实上，筛选过程的主要目的，就是要显示你是有挑战性的。有挑战性的要素通常是通过让她自己发现的方式来展示。其展示方式与原因与展示自信的方式与原因类似。

如果你没有挑战性，大多数女人会怀疑你的其他 DHV 是否真实。例如，一个有地位、有社交直觉的男人，不可能会是一个容易征服的男人。尤其在她还没有对你表现出感兴趣的时候（这通常发生在筛选过程之前）。

表现出有挑战性的另一个原因是，对于女人来说，这样会让过程变得更有趣。辣妹总是能吸引到男人，甚至很优秀的男人。这会让她觉得很没劲。当其他男人奉承她的时候，你没有奉承她，这会让她更有兴趣来吸引你的注意，这样，在游戏一开始的时候，对于其他男人来说，你就已经处于优势地位了。即使她不确定你有没有被她吸引，有挑战性就已经足够激起她的兴趣了。为什么你不甩她？你是同性恋吗？或者你是有很多美女环绕的高价值男？现在，她已经对你很好奇了。

如上所述，有时候女人会测试你是否是有挑战性的。通常她会要求你买酒给她。不要这么做。这与金钱无关。她知道几乎任何男人都能负担得起一杯酒的价钱。她更想测试的是，你是否有挑战性。如果你没有挑战性，她会认为你是软弱的，你除了有些钱外，一无是处。然而，如果你和她聊的很愉快，买了一杯酒给她，她会认为你有礼貌，你是有社交直觉的，如果你这时没有买酒给她，你就会显得没有社交直觉。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

判断女人被你吸引的信号

虽然判断一个女人是否被你吸引的终极方法是，她是否正面回应你的筛选。我们仍然可以通过发现一些间接的信号来判断，女人是否被你吸引。当一个女人被一个男人吸引时，不同的女人会有不同的表现。但是仍旧有一些通用的信号，可以显示她被你吸引了。

列举如下：

1、 当你停止说话的时候，她主动挑起话题。

2、 她咯咯傻笑

3、 她主动碰你

4、 她摆弄她的头发

5、 她问你一些私人问题，例如姓名，年龄等等

6、 她笑着表示不同意你的观点

7、 她恭维你

8、 她问你是否有女朋友，或用话套问你是否有女朋友。你是否已经告诉她你有女朋友了吗？

9、 她把你介绍给她朋友认识

10、 她不时对你微笑，并且和你有眼神接触

11、 被动兴趣指标（见下面详细介绍）

被动兴趣指标

被动兴趣指标是一种特别的表示兴趣的方式。她通过不做任何对陌生人来说应有的回应，来显示出她对你有兴趣（如果她回应了，就会显得她对你不感兴趣）。例如，当她朋友离开以后，她仍旧在和你聊天，而不跟她朋友一起离开。在热闹，激情四射的夜店里，花大把时间（大约 30 分钟以上）来和你聊天，就是一个明显对你感兴趣的信号。

警告

没有什么信号是绝对表示对你有兴趣的。一个女人可能释放出上述好几个信号，但是实际上却对你没有任何兴趣。也有可能，她没有释放出上述任何信号，但是实际上却对你很有兴趣。这些只是指南，不是法则。

有些人很容易沉迷于去赢得这些吸引信号。如果某人很少能赢得这些吸引信号，他会感觉良好，他会感到有成就感（哪位美女被我吸引了耶！）。然而，赢得太多类似的信号，却不向筛选过程进阶，是达不到 终目的的，而且会让女人感到乏味。赢得 终的 SC 比赢得这些信号有意思多了。

嫉妒

嫉妒是由被预选引发的一个特定情绪。理论上，当一个女人知道有其他女人对你感兴趣，她会对你产生好奇。尤其是当她看到，其他女人对你表示出强烈兴趣，而你却表现的很自然的时候。

为什么让女人嫉妒对你来说是好事？

1、 这会帮助你保持互相的新鲜感，让她感到兴奋，让你显得有挑战性

2、 这会让她意识到，你不是她的潜在卫星

3、 这是一种很强烈的情绪反应，女人喜欢经历各种情绪。感到嫉妒，然后感到放心，比仅仅让她感到高兴，更能让你吸引到她。

4、 这会提醒她，她不能表现的太难以让你得到。有其他女人正在盯着你呢，所以她 好动作快点，否则就迟了。这会让你的诱惑阶段更容易一些。

5、 这会让她觉得，你是一个有魅力的目标，除了她，还有其他女人也对你感兴趣。

好通过让她发现你被预选的方式，来使她产生嫉妒的情绪。例如，你正和她在约会，却碰巧碰到另一个有吸引力的，明显对你有兴趣的女人。既然你不会预料到会发生这种事情，你不得不向她解释这件事情，如果你想让她产生嫉妒情绪的话。如果你是在白天约会，你就可以说，你必须在下午 6 点之前离开，因为你的一个朋友已经在为你做晚餐了。通常，这里是 微妙的地方。她知道，通常男人是不会互相为对方做晚餐的，所以她会假设你的朋友是一个女的，并且可能是一个情敌。不要对此做任何说明，让她自己去瞎想。

有一种说法，没有什么能比让女人嫉妒，更快的结束一段关系了。这完全是瞎说。除非女人对你有兴趣，否则她不会有嫉妒情绪产生。当你筛选她的时候，她也不会感到紧张。人们更害怕失去他们所拥有的，而不是害怕失去他们所没有的。因此，嫉妒情绪会让她在后面的筛选过程，重新赢得你的兴趣时，更让她有成就感。

但是，不要玩的太过火了。让我们想象一下，你说“我不得不离开了，我还得带瓶红酒回去，我朋友正在为我准备晚餐呢。 ”；你也可以说“我 21 岁的邻居太喜欢我了，她不停打我电话，想到我家来玩，这真是太棒了”。前一种说法是高价值体现，后一种说法流露出你的不安全感。制造嫉妒情绪必须总是显得像是无意中制造出来的。不要谈论其他女人，除非对此有一个合理的解释。

要有礼貌，如果在约会途中，你碰到了另一个女人，你 好把她介绍给你的约会对象，并且闲聊几分钟。如果你和另一个女人聊了有 20 多分钟，并忽略你的约会对象，这是很无礼的，显得你没有社交直觉。如果你完全忽略另一个女人对你打的招呼，这也会让你显得没有社交直觉，同时显得你有什么见不得人的事瞒着她一样。

确保嫉妒情绪是有效的。如果你正与一个超级模特约会，碰巧碰到你朋友的小妹妹，这不会让她产生嫉妒。一个增加嫉妒情绪的技巧是，为另一个女人，

向你的约会对象进行成就介绍，就像你希望你的僚机为你所做的那样（详见第二十一章）。

后，你自己绝不可以有嫉妒情绪。在她认识你之前，她有自己的性生活。如果你被她吸引，其他男人也会被她吸引。克服嫉妒情绪。有时，她可能是顺便提到其他男人，有时她只是为了测试你，而提到其他男人。不要问一些敏感的问题，比如“他是否在你那里过夜”。也不要暗示一些敏感话题，比如“那么，那个你正在约会的家伙。。。”，好让她能反驳“约会 ”这个词。表现的完全无所谓的样子，当她提到其他男人的时候，你只要转换话题就是了。在你和她一起约会的时候，你能够，并且应该甩掉那些正试图吸引她的男人，但不包括她已经认识的朋友。

第 **8** 章 筛选

本章内容

- 筛选的意义
- 为什么要筛选
- 寻找她的吸引要素(除了她的美貌之外)
- 帮助她通过筛选
- 奖励她

筛选的意义

筛选从一个女人被你吸引开始，一直到她认为你被她吸引结束。让我们回顾一下筛选在情感发展模式中的顺序位置。

1、 开场白：由一个对话开始；你和她还没有被互相吸引。

2、 过度：由一个朋友间的正常谈话开始；你和她还没有被互相吸引。

3、 吸引：她开始被你吸引，或者说她开始把你作为一个潜在的约会对象，而对你产生好奇。

4、 筛选：你开始被她吸引，或者说你开始把她作为一个潜在的约会对象，而对她产生好奇。

5、 舒适感：你使她和你在一起时，情绪会受你影响而起伏，并且互相有一些肢体上的亲密动作。

筛选过程是吸引的相反过程。当你在吸引过程中，让一个女人被你吸引时，我们可以说，她在筛选你。现在，她需要赢得你的兴趣，所以，你要开始筛选她。换个说法也一样，筛选就是，当一个女人注意到你，想赢得你的好感， 终，你当然需要让她能成功赢得你的好感。

从筛选过程开始，你就应该开始给一个女人真诚的赞美了。

不要只关注那些类似模特们普遍拥有的，明显的特性（如身材，外貌等）。一般说来，在筛选她之前，你很容易被这些特性吸引。但是吸引过程和筛选过程可以有部分重叠，吸引和筛选她的程度都需要在舒适感阶段（第九章）中继续维持住，并且，无论如何 终都要突破舒适感（采取关系进阶的言行举动）。

人生是不公平的，特别是对处在吸引过程和筛选过程中的男人和女人来说。当你吸引一个女人的时候，一般她不会帮你，从而让你能成功吸引到她。然而，当她开始吸引你的时候，你却经常需要帮她，从而让她能成功吸引到你。你可能需要提示她，她还没能吸引到你（即使你已经开始和她调情了），甚至也许你不得不帮她，让她能成功吸引到你。在做这些事情的时候，你必须要让这些事情像是“自然”发生的。

为什么要筛选？

筛选可能给人感觉有点不合常理。毕竟，你接近一个女人是因为你对她感兴趣。为什么在你们已经有良好互动之后，还要让她来赢得你的兴趣呢？

1、 筛选过程给了你一个理由，来显示你不只是因为她的外貌身材，而被她吸引。你需要这个理由。如果你已经被预选（见第三章），你不能在见到另一个有吸引力的，并对你有兴趣的女人之后，转身就和另一个女人交往。这样会让她以为，你只是对她的外貌身材感兴趣，在你找到你喜欢的下一个更美貌的女人之后，你同样会转身就和下一个女人交往。

2、 辣妹会发现她们的美貌对男人是有吸引力的，但是 终，她们会对男人仅仅因为她的美貌而对她感兴趣这一点，感到厌烦。

3、 大多数女人很喜欢去赢得那些有要求的男人的注意。对大多数女人来说，调情是一件有趣的事，她们乐此不疲。

4、 如果你不去筛选她，她会认为你会一直对她感兴趣。如果你已经展示了足够的DH V，她会开始对你感兴趣，但是，你需要她来赢得你的兴趣。如果她意识到，她还没有做任何事情来赢得你的兴趣，她会倾向于继续筛选你。相反，如果你们已经互

相筛选过了，并且都通过了筛选。你们互相之间，就可以在一个平等的条件下，开始进入舒适感阶段，专注于建立彼此之间的联系感。

5、 筛选巩固了你对她的吸引。这涉及到投资心理学原理和行为的意义与真实想法一致的心理学原理。人们为了某一个目标，投资越多，就越想达到这个目标。对大多数人来说，他们不喜欢脑子里同时存在两个相反念头的感觉。因此，如果一个女人为了赢得你的兴趣，而做的努力越多的话，她们就越会相信，去赢得你对她的兴趣，是值得做的事。

（注：我们可以在把妹之外，发现这些心理学原理的应用。例如，美国大学的一些学生社团，有着一些声名狼藉的入会仪式。一些人如果想要入这些社团的话，必须要让他们相信，他们确实应该入这个社团的。因此，这些折磨人的入会仪式，会强化他们的这个念头。）

寻找她的吸引要素 (除了她的美貌之外)

我之前已经说过，但是这个值得在说一遍。她用来赢得你对她兴趣的特性，不应该仅仅是她的美貌而已。即使你还没有从她身上，发现一些新的，或不那么明显的，能赢得你兴趣的特性。如果她是一个辣妹，那么关于这点，她早就听过了。

那么你要从她身上找那些特性呢？我个人认为，你 好筛选你认为一个女人身上，真正重要的那些特性。这是一个新奇的想法，如果你的买入意愿告诉你，你无论如何都要与这个从你身边走过的辣妹睡上一觉。但是，你之所以买下了这本书，是因为你认为自己与那些畜生是不一样的。所以，考虑下我的建议，并试一试吧。把你认为一个女人身上，真正重要的那些特性都写下来，然后进一步问问你自己，那些有着这些你想要的特性的女人，会如何来表现自己的特性呢？然后，在你对她进行筛选的过程中，好好的找找这些特性吧？例如，除了美貌之外，我喜欢聪明，有良好教育背景的女人。我会这样筛选她，问她看过什么电影，读过什么书。

筛选过程越真实，你在不符合你标准的女人身上花的时间就越少；而对那些符合你标准的女人，你对她的兴趣和好感就会越真诚。

如果你仅仅因为她的美貌而被她吸引，或者你仅仅对一夜情感兴趣。那么，你只需要在一个女人身上，任意的找一个美貌之外的特性。比如，你可以问她喜欢什么音乐，或者她的理想，或者她的爱好。然后，当她就这些话题谈论她的看法之后，她就能“赢得你的兴趣了”。但是要注意，不要让这个过程太简单了。

帮助她通过筛选

一旦你决定了，你要从一个女人身上寻找那些特性之后，或者说，你看上去就像是在找有那些特性的女人，你需要她来让你相信，她就是你要的那种女人。令人惊讶的是，许多高标准的女人特别不善于做这件事。这不是说，这些女人不善于诱惑男人，她们中的大多数都很善于诱惑男人。但是，这些男人都是她们在不同场合下遇见的，都是她们在与她们的社交圈有联系的活动中遇见的。因此，大多数女人不会为了在某个特殊场合下，将会出现的某个男人，来特别的打扮自己，这样的诱惑策略太难以操作了。她们诱惑男人的策略仅仅就是，确保她们在所有场合中，看上去都是那么的光彩照人，然后抓住有利时机，和某个场合下遇见的某个男人来调情。 终，他们意识到，他们被互相吸引了。

如果你仅仅是和她认识，她可能不知道如何来赢得你的兴趣。大多数女人通常都会远离，那些仅仅是因为她们的美貌而接近她们的男人。记住，那些没有读过这本书的男人，不知道这一点。当然，女人们可能会偶然，与她们遇见的某个男人调情，约会。但是，当一个男人特别帅，有地位，或者是个天生的 PUA 的时候，或者当女人对认识陌生男人特别有兴趣的时候，女人通常都会和这个男人调情，约会。

本书介绍的技巧，在上述这些有利因素都不存在的情况下，仍然会起作用。但是，对大多数女人来说，这样的情况很少发生。既然一个女人可能不知道如何来赢得你的兴趣，那么你就需要来帮助她赢得你的兴趣。

筛选台词

筛选台词可以是任何鼓励或帮助女人认识到她自身良好品质（从你的角度看）的话。生硬的筛选台词就像是个应聘面试，你让自己看起来明显是在寻找某些东西，而且顺着 mm 的话做评价。温和的筛选台词，应该是微妙的，难以察觉的，这会让整个程序更自然。你的筛选台词，应该是温和的，同时又能让 mm 可以展现她吸引人的特质，而且还要让她感受到，她在努力赢得你的兴趣。毕竟，没有谁喜欢应聘面试。

温和的筛选台词并不难，你只需要提出一些话题，可以令她描述自己的个性，或者给你她吸引你的理由。

话题包括：

A 旅行

B 职业

C 教育

D 兴趣爱好

E 宠物

F 烹饪

G“如果...会怎样...”的问题（如果你可以变成任何动物，你会成为什么动物？...等）

这些话题，都可以通过提问或陈述的方式提出。拿旅行来说，你可以问：“你喜欢旅行吗？”然后跟着的问题是：“你去过哪里？”“你 喜欢什么地方？”或者“你 想去哪个地方？”当然，你不要问遍所有问题，否则她会觉得自己在参加面试。如果使用陈述方式，你可以说：“我很喜欢旅行”，然后看她怎么回应。如果她被你吸引了，她会愿意跟你谈论你们的共同点的。要把陈述和提问结合起来，不要只依靠其中一种。

你可以问她关于她自己的“开路型问题”（问一个她可能会感兴趣的话题），这样让筛选台词生硬一些也没关系。比如：“那...你的故事呢？”或者“那么你是谁？（so who are yo u？）”或者“然后，你...？”当她开始讲述的时候，你要使用过滤提问，或者用你自己的奇闻轶事去引导她展现积极的特质。（事先想好你的后续回应，以便去发现你们之间的共同点）我偏爱这种筛选台词，理由是：一、这样做，你可以比指定某一话题找到更多东西；二、这种方法会让她动脑筋去想，如果我对一个女人感兴趣，我可不想让她用屁股思考都可以通过我的筛选问题，你让她投资更多，会更增强她对你的联系感。

生硬的筛选台词，要承受冒失和尴尬的风险。但是，当你发现女人对你感兴趣，但是需要她努力赢取你时，生硬的筛选台词也是有用的。比如在以下这种场合：我在一个时尚夜店里，遇到了一个非常高分的美女，而且她很兴奋，处于“派对状态”。我会假定，像她这样相貌、个性和社交习惯的女人，一定和很多男人交过手。一个可以确保我引人注目的方法（特别是当我和 mm 过一会不大可能一起离开，而且我需要先给她打电话时的情况）是：让她在自我筛选的程序中，做很深的投资。

以下是一组很生硬的（very hard）筛选台词：

1、 那你认为你有什么优点？

2、 为什么我应该要你的电话号码/打电话给你/对你感兴趣？

有的女人会很自然很容易对生硬的筛选台词进行回应。另外一些则慢热一些，需要哄一哄。但是，从温和的筛选台词开始练习会比较好，让她习惯于“努力赢取你的认可”这种想法，然后真的去通过她的个性，而不是外貌来赢取你的认可。

筛选范例

我故意把对这个女人的筛选过程写的难一点，以便能说明筛选是如何操作的。方括号中的话，代表我没有在对话中说出来的话，但是这些话能让你更容易理解这个筛选过程。假设我已经打开一个女人了，有了过度，并且她已经被我吸引了。

我：那么，你的故事呢？她：什么

意思？我：说说你自己？

[有时候，“你的故事是什么”不起作用。没关系，把它改进一下就好了。你也可以说“你平时喜欢做些什么？如果她一开始不乐意回答你的问题，你可以问一些很随意的问题，或者使用一些温和的筛选台词] 她：我是一个摄影师，我喜欢跳舞，我在一个画廊工作。。

[这三个话题看起来都很难引导到我感兴趣的话题上去。所以我会利用她是摄影师这个话题，来探索一下她个性上的其他方面。]

我：你是摄影师，真的吗？你看上去不像是一个对摄影很在行的人，那真是太酷了。我喜欢拍照，因为我经常旅行。当我去年去加利福尼亚露营了，还玩竹筏漂流，我拍了很多照片，那真是一次美妙的旅行啊。

[我通过说“那真是太酷了”来给她一个奖励的暗示，另一方面，既然我实际上对摄影师不是很感兴趣，我给了她四个潜在的话题：旅行，加利福尼亚，露营，还有竹筏漂流。如果她对其中任何一个感兴趣，我们就会有一些共同点了，这对我很重要，因为这能使我有理由对她感兴趣。如果她忽略了这四个潜在的话题，并且仍旧顽固的谈论摄影师这个话题，那么至少，我说的这些关于我对摄影的看法，在技术上来说，和她说的话还是相关的。谈论看法或感觉，总是比谈论事实更容易使谈话继续下去。顺便提一句，我在对话的时候，仍旧在找机会展示 DHV，这是为了维持住吸引她的水平，即便你已经经过了吸引过程。]

她：是的，我有一张在纽约旅行时拍的照片，我很喜欢这张照片。拍的是在帝国大厦后面的日落时的景象。

[这个回答看上去让我和她对旅行，有相同的兴趣爱好了。] 我：这太令我震惊了，

在旅行的时候，你怎么能注意到这种平常的景象呢？她：是的，当然。

我：我喜欢旅行。我想去欧洲，也想去澳大利亚。

[每个人都喜欢去欧洲或者澳大利亚旅行。我打赌她一定会对此感兴趣的。显然，如果你在欧洲或澳大利亚，把这句台词改一下就可以了。] 她：我也是

我：[现在，我有些成果了]真的吗？我喜欢和那些爱冒险的，好奇的，想去世界各地走走逛逛的人在一起。[注意，她是如何开始赢得我的兴趣的。]我的一个朋友刚从澳大利亚回来，他说那儿真是太美了，海滩，潜水，徒步旅行，有很多好玩地方。我有个朋友刚刚在悉尼开了家饭馆，我过段时间就会去找他玩。[DHV] 她：这听起来很有趣，我想去潜水，看看那些美丽的珊瑚礁。我：听起来很不错！[现在，她她从我这里赢得更多兴趣了]我一直想学潜水，我刚刚拿到我的潜水证。从我小时候开始，我就喜欢看那些海洋里景象，心想那真是太美了。

她：是的，我也是。我刚从海洋世界回来。去年我在牙买加的时候，我去玩潜水了，我喜欢这个运动。

我：WOW。当我刚开始认识你的时候，我完全不知道你对这些事情感兴趣。[记住，在吸引过程中，我适当地戏弄她，并且假装不喜欢她，即使我们已经互相认识了，并且聊了很久了，我只是在玩游戏。]我不知道，我是否能带你去澳大利亚，我能用旅行箱带你去吗？

奖励她

当女人告诉你一些是你对她更感兴趣的关于她的事情，奖励她。毕竟，这就是你想要她做的事。认同(使用上堆法)她就是一个很好的奖励。但是这个认同必须让她感到是真诚的。通过谈论她给的话题，来显示出你真的对她给的话题很感兴趣。例如，如果她说她喜欢航海，认同她，然后谈论几分钟航海的事，你曾经在什么时候出海航行过，或者你为什么想要学航海。当你能利用，她对你的筛选问题的回应，作为一个探索你们之间共性的催化剂，你就能从筛选过程进阶到舒适感阶段了。

如果她真的努力来回答你的一个很难回答的筛选问题后，你也应该奖励她，即使她没有对这个筛选问题，提供什么有用的话题。记住，把谈话内容局限在类似话题上是不理智的，尤其是在类似夜店这样的高能量社交场合下。如果她尝试过回答你的筛选问题了，对她好一点，换一个话题，过段时间再试试另一个温和点的筛选问题。

然而，你又不想使筛选变得很容易。同样的，一个有要求的女人，不会对你表示很强的兴趣，当你只是表现出你个性的一个方面的时候。你不应该只是在她身上发现一个你感兴趣的特性后，就结束筛选过程了。你应该从几个不同的方面筛选她。花些时间，把这些特性给发掘出来。在筛选问题之间，用一些朋友间的正常谈话连接起来。这个过程越自然越好。如果她们没有感受到你的真诚的话；或者如果她们认为，你正在根据某张检查清单，来筛选她的话，她们就不会认真对待你。所以，一个成功的筛选流程应该看起来像下面显示的那样：

筛选问题——她回应——根据她的回应，从中探索话题——认同(使用上堆法)她——推开（可选的）——下一个话题——下一个筛选问题

推开

推开是什么意思呢？太多认同可能会让她感到不舒服，降低她认为你是有挑战性的感觉，或者让你重新落入她在筛选你的框架（回到吸引过程）。而推开就是停止认同她，改变你正在对她显露兴趣的谈话框架。

推开应该是以一种轻微的地，开玩笑的方式。你绝不应该用打压的方式推开，尽管推开时可能包含一些包含无兴趣指标的肢体语言（例如稍稍把身体转开一点）。大多数时候，推开并以“很可惜你是（后面跟一些孩子气的戏弄话语）”句式开头。“很可惜你太笨了”是一个经典的推开惯例。我也喜欢用一些事实，来作为我对她表示无兴趣的原因，虽然这些事实，与我对她表示无兴趣的原因之间，没有任何逻辑关系。例如：

A、 很可惜我们年龄差太远了（如果你和她年龄接近的话）

B、 很可惜你是某某星座的

C、 很可惜我不喜欢你（坏笑，并且以开玩笑的口吻说这句话，在这里尤其重要）

当她已经足够努力来赢得你的兴趣时，让她知道这个事实。给她一个全面的认同（用上堆法），而不是基于她个性中的某个方面给出的认同。或者直接告诉她，你对她感兴趣，或者你对她很好奇。在这个全面认同中，要保持你一直以来和她互动时的一致性。例如，如果在这之前，你曾经戏弄过她，你可以用如下这个全面认同：“你知道，当我第一次遇见你时，我不确定你是否是我感兴趣的人，但现在，我们之间已经有很多共同点了，这真是太棒了。”或者简单说一句“你太令我惊讶了。”现在，你们进阶到舒适感阶段了。

第 9 章 舒适感

本章内容

- 什么是舒适感？
- 舒适感基本内容清单
- 在第一次见面中的舒适感和团体动力学
- 团体中的隔离方法
- 快速舒适法
- 舒适区的突破
- 维持吸引和筛选
- 进挪升高

什么是舒适感？

当你结束筛选过程时，你就进入舒适感阶段了。我使用阶段这个词，是因为，就像之前论述的那样，对女人吸引和筛选的程度必须在舒适感阶段不停刷新和维持住。在舒适感阶段，通常你必须：

1、 在互相之间建立情感联系，同时增进了解

2、 减弱之前使用过的，所有推的技巧的效果。（可以使用一下短时间的冷冻；不能打压；使用无兴趣指标后一定要跟一个更深的拉。）

3、 巩固和维持对女人吸引和筛选的程度。

4、 在一个适当的节奏下进行进挪升高：不要太快也不要太慢，根据进挪之窗打开的频率而定。

5、 问她要电话号码，或者直接转场，来一个即时约会。

6、 主导整个过程，让她和你在诱惑地点时，也能感到真正地舒适。

后一点，让她和你在诱惑地点时，也能感到真正地舒适，这时就意味着舒适感阶段的结束。诱惑地点指一个私密的，可以放心地让比亲吻更高阶的亲密举动（比如抚摸全身等等）发生的地方。当你能建立这种程度的舒适感时，你就进入诱惑阶段了。（为了防止误解，这里要声明一下，你不应该在诱惑阶段停止建立舒适感，你也不应该认为建立舒适感的唯一目的就是为了 TD。这两个错误的态度都是不可取的。）

有些女人对正确的男人，在正确的地点，可以很容易的就达到这种舒适程度；大多数女人则表现的很难进入那种舒适程度。事实上，一些诸如“三天法则”或者“一个月法则”支配着她们的性行为。一个遵守着“一个月法则”的女人，几乎不会在一个月内，就做出和你 SC 的决定，否则的话，她就会事后后悔。对和太多人睡觉，或者和某人太快睡在一起的行为，所需要承担的后果，女人比男人大得多。我们会在诱惑阶段的章节，讨论这些后果的影响。

好消息是，你不需要直接挑战这些规则。你所需要做的就是解决所有潜在的，影响舒适感的问题。你的目标就是快速通过舒适感阶段，因为女人的生活中有太多无法控制的事情了。女人随时都会变得很忙，或者去和其他男人见面。在你和她在一起的时间里，建立的舒适感越多，她就会在她的生活中，优先安排时间来和你见面，这样你和她再次见面的机会就会越大。如果你进阶的太慢，你可能会失去和她再次见面的机会。

舒适感阶段通常会需要花好几个小时。大多数女人需要这段时间来建立相互之间的联系感。这也让她能有时间观察，你的行为是否一直，和你初始阶段展示出来的 DHV 保持一致。女人这样做，是为了避免被欺骗，或者说避免基于一个错误的第一印象，而与某人睡觉。

时间并不平等。你与女人见面的时间间隔越短，建立的联系感便越多。一周见一次面，比一个月见一次面更能建立舒适感，即使所花时间总量一样。与她见面越频繁，对于泡到那些抱有三天法则的女人，越有额外的帮助。当然，恰当运用本章所提到的技巧，一般都会让你在一到两次约会（偶尔是三次）后通过舒适阶段。

这么说吧，在与她重复见面的概念中，包含着对联络信息和未来计划的共同分享。我们会在第 16 章（约会）和第 22 章（电话游戏）大量探讨这个程序的细节。在这一章，我们只是说明这个程序以及舒适阶段的 终目标，当然，还有怎样在第一次见面时建立舒适感。

舒适感基本内容清单

大化利用你和她在一起的时间。这里有一个，罗列了一些 普遍的，有助于建立舒适感的，行为和过程的，舒适感基本内容清单。

清单如下：

1、 了解彼此的生活、工作、朋友、爱好、家庭。

2、 找到共同点：相似的兴趣、相似的经历。

3、 发现共同的价值观（shared values）。

4、 分享敏感面

5、 赢得口碑（她的朋友、家人喜欢你）

6、 一起玩

7、 进行未来计划

8、 规划将来的冒险活动（有点复杂：下面会谈到）

9、 带领她体验一系列的情感，包括一些很深的情感

10、 做可信赖的人。特别是在一些她必须信任你的场合（比如在你家里和你独处）

11、 不要强迫她发生性行为

清单中一些内容，可能你感觉很普通。你可能曾经看到过有些男人用类似“你好吗？”“你来自哪里？”这样的问题，来与女人开始交谈。通常我们都会发现，结果很糟糕。我理解他们为什么这样做：他们试图去了解女人的生活，然后希望找到一些共同点。他们做的事情是正确的，但是做这件事的时间却是错误的。对大多数女人来说，建立舒适感不会引起她们的兴趣，除非你已经对她建立吸引，并且你对她是一个挑战。

在你和一个女人第一次接触时，你必须先后通过了开场-过度-吸引-筛选之后，你才能开始建立舒适感，这是极其重要的。如果你不这样做的话，你再次见到她的几率几乎为零，即使你已经得到了她的电话号码，或者已经安排好了下次的约会计划。第二十二章-电话游戏-会详细解释这一点。这一规则的主要的例外情形就是，由于一

些其它原因，你们会再次碰面。例如，你们总是在同一时间去同一家健身房。我们会在社交环境类型详细讨论这一点（第十二章）。

在你第一次与女人见面期间，有两个主要障碍，会妨碍你建立舒适感。

1、 当你初次与女人见面时，通常她都处于一个团体中。在众目睽睽之下，七嘴八舌的环境中，的确很难建立舒适感。

2、 你可能会发现，你身处的社交情境给你带来很大的限制，比如在当时你可能没时间和她在一起，比如在当时的活动现场，可能不适宜你和她建立舒适感。很不幸，在舒适感基

本内容清单中所列的部分项目，在你与女人的第一次互动中，其实派不上用场。我们将逐一解决这些障碍。

第一次见面时的舒适感和团体动力学

解决第一个障碍，通常需要你创造一种情景，来使你和她在远离她朋友的地方，进行一场私人对话。这不是让你尝试去把她从她的社交圈中分离出来。这样的谈话应该是临时的，并且是在她的朋友能看见你们的地方。这是因为，在其他人在场的情况下，互相了解一些私人方面的信息是比较尴尬的。

简单的，建立一次私人对话情景的方式是，慢慢开始，把她带到离团体几米远的地方。例如，你可以向她示意，稍微往边上移动点，就好象你要向她展示什么东西一样。然后你移动到你和她的朋友中间。现在，你和她可以开始一场私人对话了。你也可以通过，在你和她谈话时，示意她跟着你慢慢往某一个方向移动的方式，来达到同样的目的。

当你想移动她到更远的地方时，例如一张空桌子，你有必要给出一个借口。说“让我和她私下聊聊”可能会让人觉得尴尬，因为没必要躲着她的朋友。借口是什么不重要，借口可以有上千种，诸如：

A、去里面或外面某个暖和一点或凉爽一点的地方

B、去某个安静的地方，以便你们能更容易进行交流

C、 去一个你能向她展示你相机中照片的地方

D、 去另一边见你的一个朋友

E、去一个你能给她讲故事的地方

F、去吧台边喝一杯

显然，没有一个借口是可以在任何情况下使用的。

不要尝试把她移动到过远的地方，至少在一开始的时候，因为这回让她感到不舒服。她朋友也会想确保她是安全的，并且她的情绪是稳定的。第一次移动她时，只要在她朋友能看到她的范围内移动她就行。如果你想移动到某个更私密的地方，例如可以亲吻的地方（见第十九章），你需要在稍后的某个时候，再做这事。

当你移动她的时候，你 好向团体暗示，你了解她和她的朋友的潜在关注内容（想确保她是安全的，并且她的情绪是稳定的），但不要放弃你的目的框架（语气不能软）。换句话说，处理她们的潜在关注内容时，不要像是和她们商量，是不是可以和她私下聊一下。这里有两个例子，可以说明这一点。

A、　指着团体视线范围内的一个空桌子，对她说："和我去那张桌子坐一会，我给你看一下，我刚次提到的那段手机视频。（或者任何其他你喜欢的借口）

B、　对团体说"你们介意我借用你们的朋友几分钟吗？我们要到那边去，我们会在旁边留几张空椅子给你们，如果你们过会想加入我们的话。（这个例子有个额外的技巧，我已经假设她愿意和我去那边私下聊一聊了）

如果你表现的就像是在就这事情和她们商量的话，那么这事情就没得商量。不要说这些蠢话"我知道你们有点担心你朋友，不要担心，我只是带她去那边桌子而已，我难道像是坏人吗？如果你们想每过几分钟就过来看看情况的话，这没问题。"你这样不仅表现的软弱和

顺从，而且你肯定不会达到目的。因为现在，你已经把她的安全问题上升到一个严肃的程度。也不要说这样的话"跟我去一个地方"，这听起来没头没脑的，人们会想知道，你要带她去那里，为什么要这样做。

如果你有朋友和你一起出来的话，和她进行一场私人对话会非常容易。我们会在第十九章-僚机-中详细讨论这个。

团体中的隔离方法

团体中的隔离方法，首先要赢得一个女人所在团体的许可，允许你创造机会去自然的隔离她，甚至允许你在团体成员在场的情况下，建立深层次的舒适感。

女人所在团体的许可

赢得她所在团体的许可（让她们保持中立，就已经可以让你使用团体中的隔离方法了）不是靠偶然。我会先积极的寻找机会，向她的朋友 DHV 我自己，即使这些行为会让她们发笑，谈论她们感兴趣并且擅长的话题，或者暗示我会给她们介绍一些她们想认识的人。例如，对团体中的某个单身男子，我会说，过会我有一个女性朋友过来，我会把她介绍给你，因为我注意到，你看起来挺酷，很有个性。你几乎总是能遇见喜欢运动，喜欢汽车，或者喜欢某档电视节目的男人（在美国，大多数男人都很熟悉每日新闻和哥伦比亚报道这两档节目）。你也几乎总是能遇到喜欢流行文化，喜欢时尚，喜欢名人八卦的女人。

一旦我与某个我感兴趣的女人之间有了相互吸引，并且建立了一些舒适感，我通常就会开始寻找机会，向她的朋友陈述，我对她感兴趣的事实。我不想在她面前做这件事，所以我会等待机会，直到在她去洗手间，或者其他她暂时离开团体的时候，我才做这件事。我会这样说“谁能告诉我，刚离开的那个美女叫什么名字啊？”或者说“XXX（女人的名字）看起来很有意思啊”。这会暗示我对她有兴趣。

接下来发生的事情很重要。如果她的朋友给我积极的回应，这看起来就像是他们在鼓励我去追求她。通过这种方式，他们在某种意义上来说，就变成了策划我追求她的同谋犯，只要她还对我感兴趣。用行为的意义与真实想法一致的心理学原理来说，他们不可能一边对我感兴趣，并通过告诉我关于她的事情的方式，来鼓励我去追那个女人，一边却阻止我去和她建立舒适感。

在这个阶段，我对她朋友表示兴趣的风险是很小的。当我和她进入舒适感阶段时，她的朋友或多或少都知道我对她感兴趣了。在互动的开始阶段，我就会先确认他们互相认识多久了，以便确定应该如何把她从团体里隔离开来。如果团体中有障碍，并且开始时我没注意到这一点，我会在稍后进行详细了解的。也许我会这样来处理障碍，说“我不会在酒吧里亲吻一个皮肤怎么黑的女人”，把障碍点出来，比让障碍作为一个潜在的不利因素要来的好。如果我发现我不能很轻松的解决这个障碍，通常这个障碍会是她的一个卫星，至少我意识到这一点了，然后我就可以在接下来的行动中，安排好我的行动策略。通常，一个单身女子的朋友，会对我这样能和她进入到舒适感阶段的人，比较友善。显然，如果这个女人已经结婚了了，或有固定男朋友了，我不可能成功处理掉障碍（除非她朋友不在乎）。我倾向于寻找单身女子，如果我发现她不是，我会创造机会，来一次私人对话，同时用肢体语言，把她给隔离开来。

自然地隔离

社交场合下的团体通常不会整晚都呆在一个地方不动的。他们会去洗手间，会到别处去喝一杯，会去舞池跳舞，会去找他的朋友，他们会抽烟，喝酒，他们整晚都会在做各种各样的事情。当这种情况发生的时候，这就是我想要的，绝好的，隔离她的机会。然后她就会在跟朋友一起移动，还是留下来跟我私聊之间，做出一个选择。

之前她朋友对我的许可，在这里就很重要了，因为这会决定他们对我和她进行私聊行为的反应。如果她们不喜欢我，他们不会留时间给她，做出关于是跟我私聊还是跟朋友一起走的决定。例如，他们也许会说“快点，我们到那边去喝一杯，走”。当然此时，她仍旧可以做出选择，她也许会告诉她朋友，让他们先过去，她会在这里等他们回来。但是，这回让她显得很尴尬，而且这只有在她被你强烈吸引，同时她有个很强的个性的时候，才会发生。

如果她的朋友喜欢我，他们也许会这样说“我们要到那边去喝一杯，你想跟我一起过来，还是在这里等我们？”或者说“我们要到那边去喝一杯，要我帮你带一杯过来吗?”也许他们会对我说，类似他们要离开一会的话，因为他们可能已经发现，她被我吸引了，只专注于她和我之间的谈话了。这里要警告一下各位：如果一个女人看上去已经要迫不及待的和我在一起了，特别是她还喝醉了的时候，她的朋友也许不会愿意，让她和我单独待在一起。

在团体中的深度舒适

即使她的朋友不想走开，这对我来说也不是障碍。一旦我已经和她之间有了舒适感，并且和她的朋友搞好了关系。我会把我的手搭到她的肩上，或者其他亲密动作（视各人的舒适度而定），同时却专注于和她朋友之间的谈话，以这种方式来增进我和她之间的关系。我可以仍旧谈那些建立舒适感的话题，让她来了解我，毕竟，她在旁边听着呢，也许她还会不时插嘴。此时，我一边说话，一边显得我和她的那些认同我的朋友在一起，一边还在建立舒适感。

当然，这个策略没有提供什么机会，让她能主动提出和我进行私聊，如果她的朋友全都在听我说的话。然而，在 4 个人以上的团体中的谈话，话题倾向于分分合合，有时候会分成好几个小范围内讨论的话题，有时候又会突然形成一个所有人都参与进来的大话题。当她的朋友都在各自谈论什么的时候，我就可以趁这个机会和她进行一次私聊。很少有这种情况出现：她的朋友从不曾离开，哪怕是暂时的；一个团体从不分成好几拨，在哪各自聊天。如果这种情况发生了，我被孤立了，而我需要和她来次私聊，于是，我只好主动出击，像前面说的那样创造一个私聊机会出来。

通常，我会和我的僚机一起出去。我有很多精于此道的朋友：像 Sinn，Future， Ten magnet， The Don， Captain Jack 等等，他们会很容易的就吸引她朋友的注意，给我创造私聊机会，而我也是这么为他们做的。

如果我没有这样的朋友，或者认为用这个方法来创造私聊机会速度太慢了，或者任何我不想去创造私聊机会的原因。我会即兴创造一些技巧，比如指出旁边一个很有意思的人，把这个话题提供给她的朋友，让他们自己说去。

例如，让我们假设，在饭店里有一个两男一女的组合，我上去打开-过度吸引-筛选。在舒适阶段，我们也许已经坐到一起去了。当我看到附近有两个美女，我会抛出一个类似意见开场白的话题。当然，我不会真的把它搞得像一个开场白那样，我只是抛出一个话题，然后制造一些讨论氛围。过了半分钟到一分钟后，我就会说“让我们问问她们本人的意见吧”，然后我上前去，吸引那两个女人参与到谈话中来。这样一来，就很容易把他们四个人引导到一个谈话氛围中去，不需要建立吸引，只需要让他们接管这个话题就是了。如果他们之间产生了化学反应，开始各自谈论开来了。这时，那个女人会被我的社交技巧吸引，而她的朋友也会对我产生好感。并且，他们可能一点也不会担心我和她之间的互动，他们可能会很乐意让我和她谈话，好让他们能不受干扰的谈论他们的话题。

快速建立舒适感任何用团体力学的方法建立舒适感的行为，都需要花比较多的时间，或者需要有僚机等后勤保障，这些条件，在你与某个女人第一次见面的时候，你可能都不具备。

因此，我强烈建议你改变建立舒适感的技巧，改变在第一次见面的时候就要进行即时约会（私聊）的想法。下面是一些我 喜欢的做法：

转场（即使你带上了她的所有朋友）

这样你在他们潜意识中的身份，就从“某个我在饭店里见到的家伙”变成“某个和我一起出去玩的家伙”。如果我在一个咖啡馆里遇见她和她的朋友，我会邀请她们一起去商场，或者一起去吃晚饭。如果我在饭店里遇到她们，我会邀请她们去某个酒吧喝一杯，或者去某个地方吃点餐后甜点。如果我在酒吧或夜店里碰到她们，我会邀请她们去另一个酒吧或夜店，或者去某个聚会地点，或某个饭局。

1、 吹嘘描述一下，你要去的地方，但是要确保不要太过了。

2、 有一个去某地的积极的理由就够了。

3、 而且，要让这个地方看起来就像你马上就要去的样子。

揉合以上三点到一个转场邀请中后，这个转场邀请看起来就像这样：“嗨，我们现在去 Gideon 咖啡馆吧，哪里有 好的音乐， 好的咖啡。。。你去过那里

吗？没有？你 好去哪里看看。总之，我有几个好朋友已经在那里了，他们真的是一些很好的人，我很乐意把他们介绍给你们，你们应该跟我一起过去，看看那里到底好不好。”然后，就好象她们已经同意了一样，继续谈一些朋友间的普通话题，并且做好出发准备。（结帐啊什么的）

使用一些特别的谈话技巧，把话题向个人隐私方面上引导。

就像你没有足够的时间，去某个地方进行私聊那样。我建议使用真心话问答游戏的技巧。使用这个技巧时，你必须要先在团体中隔离她。（其他人可以在旁边，就像在团体中的隔离方法那样，但是她们听不到。）这个技巧的要点是，互相之间，反复问一些，很私人的问题。这可以很容易引导你们分享秘密，互相了解彼此，升高你们谈话的性感氛围。然而，对大多数女人来说，这通常听起来有点不自然。因此，因此我们要引入一些无理的游戏规则，诸如“你的回答必须在十个字以内”“你不能问已经问过的问题”。我也会规定，至少在一开始，不能问类似“你有几个兄弟姐妹”“你 喜欢吃什么水果”。这些问题没必要用玩游戏的方式来问，这些问题完全可以拿出来公开问。我喜欢在游戏里问一些非常个人的问题，诸如“你有没有和你朋友的男朋友亲吻过？”“你喜欢大学生活的那一点？”“你 希望你父母理解你那一个行为或想法？” 给未来做计划（意图声明）也能建立舒适感，这些计划通常很模糊。

当你和她通过谈话认识到，你们有着共同的兴趣。你可以提出一个特别的计划，你没必要暗示这个计划的完成时间，或者和她落实计划。例如，如果你和她都对艺术博物馆感兴趣，你可以说“我们应该去看看国家博物馆的塞尚艺术展”。你可以在句子里加上“下星期”来修饰一下。但不要固定日期，除非她想这样做。如果你提了好几个类似的计划，她可能会开始把你看作是一个潜在的，在她生活会经常出现的人。你也可以把你想要做的任何事，用计划的方式表达出来。例如 “我打算下周末，去国家博物馆看塞尚艺术展，欢迎你和我一起去。”在这个情景里，你看上去更像是一个主导者，这对舒适区的突破很有用。然而，你还需要处理掉一些小障碍，如果她确实想和你一起去的话。比如，为什么你选她而不选你的其他朋友一起去，你是否真的像你所说的那样，早就做好了这个计划。如果你说你计划一个人去看艺术展，这会让人觉得你很奇怪。这些障碍都是非常小的，而且很容易解决。我在这里把它列出来，只是想让你们脑子里有这个概念。

时间规划不要只是谈论未来的计划，还要有时间概念上的变换。

不要谈论你们将来会一起做什么事，而是要像谈论过去发生的事情那样，谈论你们未来的计划。例如，你可以这样说，你和她会在接下来的六个月里，把这个城市里所有的博物馆都逛一遍。详细描述你们将在这段旅程里经历的所有情绪，所有趣事，要用开玩笑的口吻说出来，不要一本正经。这样，她就能想象在接下来六个月里和你在一起的时光。想象她自己将来会和你很亲密，会让她从现在开始就对你很亲密。

你也可以通过共谋和两人间的玩笑，来建立舒适感。

在吸引阶段，就给她起个外号。然后在之后的某个时候，突然用这个外号叫她，她就会回忆起当时的情绪，这也能帮你建立舒适感。当你和她在一起的时候，要从“我们”的角度看待和处理所有事情。说话多用我们这个词；有什么好事，坏事都要拉她一起经历。

舒适区的突破

- **显示出你的激情和理想**

你必须让她相信你是一个有理想的人。建立这样的框架，你想去的地方，她也愿意去；你正为你的理想而努力；有好的想法就去做，不犹豫。特别是关于你想过什么样的生活，你正在做那些事情来达成你的理想。

- **了解她的激情和理想**大多数女人都有一个正在为之努力的，隐秘的理想。去了解她的这个理想。你需要这个来对她表示 真诚的认同，并利用它来联系你和她的世界观。你必须能找到她的核心价值，她追求的生活方式，和她追求这种生活方式的理由。

- **深度认同，然后释放**

了解她的情绪和意图，然后强烈的认同她产生这些情绪和意图的正面的内在个性原因，这会帮助她确立这个内在个性。下面就是一个这样的认同例子：表面看上去，你已经是个女人了，但在内心你还是一个需要人保护照顾的小女孩。在后要加上一个轻微的（这里强调下轻微）释放，以避免深度认同后，使谈话深度提得有点高，从而造成尴尬的氛围。例如：“你太让我震惊了，我发现你做这些是因为 X、Y 和 Z。很可惜你这样做有点傻。"后的释放是为了避免尴尬，但是它要足够轻微，不会减弱前面认同的效果。

- **在你和她的世界之间建立联系，拔高你们情绪和意图背后的意义**

你要让她有这样的感觉，你们正在以大体上类似的方式，追求相同的价值观，即使这些方式是在两个不同的领域。你只是碰巧先行一步而已，但是这会推动她在相同方向上做出更多努力。就像之前别人对你做过的那样。

- **宣称初步计划后，实现它**

打破舒适感时（采取关系进阶的言行举动），你的信誉非常重要。对你将来的计划，用这样一种方式表示——当你说你打算做什么时，她可以一起参加进来。打破舒适感阶段，在你说出这些计划时，你必须确信这些计划确实一定会发生。（至少对你而言，如果女人对加入这个计划有疑问的话。）这样是为了在你和她的互动中，建立你的信誉。对一些她不参加的活动计划，你也要确保按计划执行。

- **创造一种“热烈追求”的感觉**

好的打破舒适感的方法是，在短时间内尽量多的和她在一起。和她每天或者每隔一天见面，或者在一天内给她打一个以上的电话。所以说，如果你想和一个女人建立一种长期关系的话，打破舒适感是 适合的一种方法。否则，你会让她受到伤害，或者恨你。在概述长期关系的第 11 章里面，在舒适感阶段你设立的框架对你们的长期关系如何发展有很大的影响。如果框架设定不正确的话，你的接近行为会让你显得有需求感。所以说打破舒适感是一种高级策略。

即使你能任意使用上面所说的技巧，建立舒适感也不像看上去那么简单。这是因为，在舒适感阶段，建立舒适感的同时，你还有另外两项 重要的工作要做：维持吸引和筛选的水平；进挪升高。

- **维持吸引和筛选的水平**随着时间的流逝，吸引和筛选阶段建立的兴奋，有趣，性张力会慢慢消散，这是正常现象。所以即使在建立舒适感阶段，也要确保定期刷新她的吸引感，重新引入筛选框架。如果你不这样做，你会可能会丧失对她的性吸引力，并调入可怕的友谊区。即使在长期关系阶段，也要进行筛选，女人也需要不时的再次确认你喜欢她的原因。

许多女人从她的社交圈中那些不停追求她的男人那里得到了极大的心理满足感。我们把这些男人成为卫星。除了友谊，这些男人还提供关心，保护，陪伴和魅力验证。如果一个女人意识到她能长期维持你对她的兴趣而不用发展和你之间的关系。她会倾向于把你放入友谊区。我们在之前讨论了为什么你不能试着和一个女人快速通过舒适感阶段（显露需求感），这里所讨论的是为什么你不能试着和一个女人缓慢通过舒适感阶段（掉入友谊区）。

进挪升高

进挪升高的秘诀就是控制过程。你决定何时开始，何时升高，何时释放。

例如，如果你牵着她的手已经有一段时间了，你感觉到她有点反感了即将要挣开你的手了，这时你应该是首先脱离身体接触的那个人。这会使你成为设

定障碍的那个人，而不是她。这会有点反常，但是对许多女人来说多少会让她们感到舒适。

当你脱离身体接触的时候，要完全脱离。举个例子，牵着女人的手会让她感到舒适，接着抚摸她的头发不会让她感到舒适。如果你感到她反感你抚摸她的头发，你当然应该马上停止这么做来释放她的这个情绪。然而不要仅仅回到牵手状态。这样做会让她重新感到舒适，但是不会让她感到有进挪升高的渴望。完全脱离身体接触，或者至少回到低于她感到舒适的水平。现在她会感到损失了牵手的舒适感，然后她可能会重新建立身体接触，并升高身体接触的水平。

你应该尽可能多的建立身体接触，并让这看起来像是她在主导。你把她的手放在你的手臂上或者放在的你的腿上，比你把手放在她的手臂或腿上要好。首先，这样威胁性更小；她感到她控制着进挪升高的程度，因为她能在任何时候脱离接触。反之如果是你接触她，她可能会担心不得不对你打破她的舒适感的固执努力作出防卫姿态。其次，这样做更有效，因为她的心理认知会鼓励她表现的和她的行为一致。通常女人不会坐在一个她不喜欢的男人的腿上。

进挪的时候你要给她一种感觉，她能随时以任何方式碰你（毕竟身体接触感觉不错）并且不用担心你进挪升高的过快或程度过高。事实上对她来说，诱惑你能变成一种乐趣和一项有趣的挑战。显然，在你意识到女人即将推开你之前，你需要这样持续一段时间。

同时，你应该控制身体接触在一个给定的亲昵程度内，通过不断的进挪升高测试和逼近她的可接受边界，来管理进挪的程度。如果她愿意你牵她手，把她拉到你的大腿上坐。如果她愿意坐在你的大腿上，咬她的脖子。找出她的抗拒点在哪里，并定期重复测试看看你是否能通过这个抗拒点了。你经常会发现这样一个过程仅需几秒钟，记得进挪升高测试时，使用之前提到的技巧，你要成为首先脱离身体接触的人。

警告：你一开始这样做可能会感到尴尬。大多数男人不习惯来这样做——让一个女人坐在她腿上，然后过几秒钟后推开她，并开玩笑地说不要试图诱惑我。这对许多男人来说没有任何意义，但是这对女人很有效。

如果你不把注意力放在你进挪的行为上，这样进挪升高 有效。永远不要提到进挪的行为。事实上，如果正有什么事转移她的注意力时进挪升高会更容易。当你和她中的任何一个在打电话时，你应该把这看作是你开玩笑的进挪升高的好机会。当然在你或她挂断电话后，你可能不得不释放这个情绪，但是通过短时间的突破舒适区，你会提高在将来再次突破舒适区的机会。

使你的身体接触让人感到兴奋，这样她就会好奇更强烈的身体接触是什么感觉呢。进挪从来不应该是静态的。如果你手臂环绕着她，用你的手去碰触，摩擦，或者

玩弄她的脖子或者肩膀。如果你牵着她的手，不要软弱扭捏的，让你的手指稍微超过她的手掌或者一直握到她的手背上。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

第 10 章 诱惑

本章内容：

- 诱惑阶段
- 为什么（有时候）女人抗拒性
- 步调节奏
- 后勤准备工作
- 激起性欲
- 解除后顾之忧

诱惑阶段

当她感到足够舒适，已经准备好接受和你发生性行为，并处于一个能让性行为合理发生的私密空间，这时我们说诱惑阶段开始了。这里提到的两个要素都是重要的。不管你们俩多么想发生 SC，如果你们处于一个公开场合，你就不在诱惑阶段，除非你们俩都是暴露狂。或者她在你的卧室里，但是你们俩除了接吻什么事都没做，那么你仍旧处于舒适区而已。

你们俩首次发生 SC 后，诱惑阶段就结束了。如果你想来第二次，请翻到第 11 章长期关系阶段。在那一章，你会了解不断发生 SC 的所谓长期关系不需要承诺和结婚。

为什么（有时候）女人抗拒性

好消息是对大多数男人来说诱惑阶段不是他们 大的问题。如果你在吸引、筛选、舒适感阶段做的不错，而且你（在诱惑阶段）不是显得匆匆忙忙的话，终你通常会在这个阶段获得成功。女人和男人一样享受性。女人性觉醒的时候和男人一样早。

坏消息是从一个合理的角度来说，她或许不应该和你发生 SC。不是因为你的原因，只是因为你们才刚认识。和一个刚认识的人发生 SC 可能会让她感到她是个对性随便的人，或者会让她情绪脆弱，或者会让她害怕关系进展太快了，万一你对她而言不是合适人选的话。她同样也冒着失去你兴趣的风险，因为她让事情进展太快了。或者冒着你把这事告诉她朋友的风险。另外也冒着怀孕或得病的危险。

对一个女人来说，承认她想在和她睡过的男人列表上增加一个新名字是困难的。

社会舆论对女性的性行为要求更加严厉，很少有女人想被看作是一个荡妇。对男

人来说，却很少会有这样的危险。这方面，男女是不平等的。是的，有些女人非常开放。这些女人通常很容易泡，但是大多数女人不是这样的。

诱惑阶段是女人 后一个机会“说现在或永远掌握她的步调节奏”。这里有两个后果。

首先，之前阶段隐藏的问题通常会在这个阶段显露出来。例如，如果你和她在床上了，她却说“你甚至都不喜欢我”或者“我对你而言仅仅是另一个女孩而已嘛？”这也许意味着之前你在引导她经历一些必要的情感阶段，让她感到你对她而言地位特殊的工作方面没有做好。也许，在筛选阶段你没有让她感到她通过她的独特个性赢得了你的兴趣，或者你没有在舒适感阶段和她建立深入的联系。你可以在诱惑阶段修补这些问题，但是这样做不理想。

其次，你在这个阶段出错的余地很小。一个女人也许会让你以一个糟糕的开场白来打开她，因为她冒的风险仅仅是在接下来的几分钟里感到无聊而已。她不会让你随便通过诱惑阶段的，这样对她而言风险很大。好了，诱惑说的足够多了。让我们谈谈怎么做吧。

步调节奏

使过程自然发生。

对于诱惑，一个恰当的比喻是：在开车旅行中，你享受驾驶的乐趣，并在驾驶座上和你的朋友交谈着，完全没意识到你在一段旅途中，直到你到达了你的目的地。对一个女人而言，诱惑阶段也应该让她有这样的感觉。

这里的关键要点是，避免不和谐的打断。如果司机停下来问路，开车显得紧张，突然表现的不一样，开太快或者太慢，或者做一些危险动作，都会使你掉出舒适区。你的注意力从享受你朋友的陪伴转移到旅途本身上来了。你会开始考虑现在是什么情况，怎么了？为什么？

不和谐的打断对你一点帮助也没有，因为这会让女人的理性思维考虑她是否要和你发生 SC。就像我们在之前提到的，对她而言有很多原因让她说不。另外，很多女人认为她们不应该在诱惑阶段表现主动。看看针对女性读者的浪漫小说里都是怎么写的吧，他追求她，她有点不愿意，他更加追求她，她接受了，然后他们在激情下结合了。在引导她发生一段令她兴奋和舒适的 SC 过程中，男人承担了 100%的责任。

在这一章，我们用"状态打断"（译注：这里我用 ASD）来描述迫使女人有意识的考虑是否她正在准备与你发生 SC 的不和谐打断。ASD 的例子包括：单独带她回家；脱衣服或者谈论 SC；拿避孕套。

我们处理 ASD 的 有效工具是回避，模糊处理，分散注意力：

- 回避完全绕开了 ASD。在之前开车的比喻中，计划好你的路线避开红灯，或者调整速度以便在你通过十字路口时恰好是绿灯，这就是回避的做法。

- 模糊处理降低了 ASD 的程度。通过在新的潜在的不舒适行为中混入过去的舒适行为，来 小化 ASD 的效果。对红灯来说，在十字路口非常平缓的停下来，而不是在 后一秒突然停下来。

- 分散注意力不是试图缓和 ASD，而是引入某个新的更强的刺激来使她的注意力转移到新的刺激上去。例如，你把音响里正在放的她 喜欢歌曲的音量调大，或者指点她看在路边出现的某个名人，这会分散她对红灯 ASD 的注意力。

作为这一节 后一点的提示，我想澄清一点，我所说的 小化 ASD 的意思不是指类似催眠或下药来让她失去意识的行为。SC 必须是在双方同意的情况下发生的。

让我们来举一些例子来说明如何使用回避，模糊处理，分散注意力来处理诱惑阶段发生的 5 个主要的 ASD。

ASD1：单独带她回家

回避：在到家之前不要诱惑她。事实上，如果你在尝试带她回家之前试着去诱惑她，她会知道你带她回家是为了什么。如果她认为一次和你的成功约会终会以发生 SC 结尾，那么你可能不会有下一次约会的机会了。

回避：计划在你家里或你家附近约会。如果你们两个已经在你家的卧室或者在你家的某个角落里，这比你们俩分别坐车到城市的另一端更容易进入诱惑阶段。
这是一个很棒的约会策略。

回避：不要问她是否愿意跟你回家。带领她回家。牵着她的手向你的车子走去。不要问她，要假设她愿意去你家。不要做送她回她家里的老好人。

回避：在你进入诱惑阶段之前，让她在你家里感到舒适。如果她认为和你单独在一起是安全愉快的，在舒适感阶段你没有尝试和她发生 SC，那么以后带她回家引起 ASD 的几率就会很小。

模糊处理：提供一个和她 SC 之外的，带她回家的理由。问一个女人“你愿意和我回家吗”通常被理解成一个 SC 邀请。你可以通过邀请她来你家看你的相片集，或者借她一本书，或者任何其他原因来进行模糊处理。当她和你在你家附近约会时，你甚至可以这样模糊处理带她去你家坐一会的原因，因为你要拿你的钱包，或者你要上个厕所。

分散转移注意力：假设你带着一个女孩离开了一个聚会，你们都住在离这里 20 分钟车程远的地方，并且是在相反方向。带她回家将会是一个很难被回避和模糊处理的 ASD。所以转移她的注意力。用回避和模糊处理让她上你的车，然后不停说话。给她讲有趣的故事吸引她的注意力，这样就不会让她有时间独自想她的事。你可以通过延长独白的时间来娱乐她，并转移她的注意力。否则的话，就一定会引起 ASD，就像在旅馆里排队等候办理入住手续一样。

ASD2：移动她到卧室

回避：在你第一次准备和她 SC 的时候，使用客厅的沙发，或者至少在她的性欲被充分唤醒之后，移动她到卧室才不会成为一个 ASD。或者在卧室里做一些与 SC 无关的有趣的事，那么去卧室就不会成为一个 ASD，这样你就不必在之后移动她到卧室了。

模糊处理：同“带她回家”ASD 中的处理方法。

分散转移注意力：激起性欲是一个好的万能的分散注意力的方法。大多数被充分激起性欲的人会忽略一些不怎么重要的 ASD。在移动一个女人去卧室的同时激起她的性欲是一个分散转移注意力的技巧。

ASD3：脱衣服

回避：不要脱下任何没必要脱的衣服。如果她穿着裙子，你完全没必要脱任何衣服。这会引发一些 ASD。如果你享受给女人脱衣服的过程，把这个节目留在下次你和她 SC 的时候，如果你预料到在和她第一次 SC 时会有一些抵抗的话。

模糊处理：不要从一个性敏感点突然移动到另一个性敏感点。假设你正在抚摸她的 mm 并且她也很享受这样，这时你不要突然停下来去碰她阴部。不要突然把你的碰触对象从上面完全移动到下面。持续抚摸她的 mm，同时另一只手向她的阴部慢慢地一点点地摸过去。只要她仍旧感到舒适，你就能用这个方法稳定的升高性接触的程度。

分散转移注意力：一旦你们在你家里了，通常用肢体动作分散转移注意力。一个脱衣服的完美时机是她已经从你那得到了许多身体愉悦的时候。你可以做从亲吻到 KJ 的任何事情。

红利：下面这个技巧真的不属于上面 3 个处理 ASD 技巧中的任何一个，但我不想隐藏任何好的技巧，来使文章编排更优雅。每一个男人知道——或者应该知道——当你给一个女人脱裙子或者裤子的时候，同时地一次性地把她的内衣裤一起脱下来（比如同时抓住所有衣服一起扒下来）。如果你在她身上还留着内衣，在之后脱这些内衣的时候，又是一个主要的 ASD。

ASD4：避孕套

回避：噢，不。这并不是说下面的情况不常有，当你完全激起一个女人的性欲，并且她也完全愿意和你来次没有保护措施的 SC，就在这时你拿避孕套的举动激起了她的 ASD。不安全的 SC 从来都不是一个可选项，如果她愿意和你发生不安全的 SC，意味着她也愿意和你之前的其他男人发生不安全的 SC，不管她是否承认这一点。你不会和一个你从来没听说过或从来不认识的人共用一个针头，同样你也不要和别人分享不安全的 SC。情愿失去和女人 SC 的机会，也不要失去你的健康。

模糊处理：通过把避孕套放在床边来回避这个 ASD，这样你就能很容易的，没那么特意地拿到避孕套。或者把它放在你的裤子口袋里，记得当你脱裤子的时候，不要把裤子扔到你够不到的地方去。

转移分散注意力：KJ 是戴上避孕套的绝妙时机。当她有了一个高潮，或者足够兴奋的时候，她必然会把你拉上来去亲吻她，或者让她和你的脸互相靠近。如果这时你已经戴上避孕套了，接下来的进入会发生的很自然，尤其是在得到 KJ 之后额外的润滑情况下。

ASD5：进入

回避：为什么？你肯定看错了书了。

模糊处理：戴上避孕套后，你可以自由的摩擦，“戏弄”，同时升高生殖器接触的程度（通常伴随亲吻她的嘴唇，或者脖子，有时候是耳朵）。如果她问你在做什么，告诉她你相信这是安全的，就像毛皮在一起轻柔的摩擦一样。她知道这不完全是开玩笑，但这会使她安心。另一方面，激起她的性欲增加湿润度会使进入“就这样自然发生了”。

转移分散注意力：如果你用某种方式让女人从你正和她 SC 的事实上转移注意力，我会很好奇你是如何做到这一点的，同时更好奇你为什么要这样做。 后勤准备工作

不管你在处理 ASD 上面做的多好，糟糕的后勤准备工作会毁了你的机会。

在你和一个女人 SC 的时候用你家而不是她的家。一个女人的卧室在等待事情发生时会是一个大大的 ASD。室友或家人会在屋里，并毁了她的情绪。她的宠物可能生病了。她的卧室可能一团糟，让你看到这些会让她很尴尬。邻居可能随时到访。另外，她会更多的被她的日程所提醒——她需要充足的睡眠，第二天她需要做哪些事等等。你通常会在一个女人的屋子里失去浪漫或者聚会的氛围。

确保你的屋子已经为诱惑做好了准备。 低限度，屋子里应该干净。没必要做到完美，但要足够干净到让一个女人感到舒适。尤其是洗手间，应该是卫生的。找些有趣的事情做，如果你仍旧需要建立舒适感的话。相互打闹取笑比看 DVD 有效。使用有趣的真相或者挑战类型的游戏，一个 3D 拼图益智玩具，无论什么东西。

客厅应该被处理过了。那里应该没有什么明显的可以让你们分别坐下来的地方，你们只能肩并肩的坐在沙发上。如果你有椅子，在带她去你家之前在上面堆满东西，或者扔掉它，这样她就不能坐在那里了。

准备一些浪漫的有性暗示意味的东西没有坏处。准备一些香槟，草莓，生奶油。不要变成靠这些东西为生的低俗的小白脸，只要显示出你有这些东西，并且能在需要的时候拿的出来。有趣些，不是诱惑。

确保你的屋子反映和衬托出你的个性。如果你已经说过你是一个有创造力和想象力的人，但你的屋子却装修简单，而且堆满游戏光碟，她会想知道是否你之前是在演戏。我可能不得不告诉你，当她试着决定是否和你 SC 的时候，让她考虑这些问题会是一件多么糟糕的事情。

去掉屋子里所有会让女人感到特别反感的装饰。大多数女人不会喜欢公开展示色情和暴力的装饰。如果她把你看成一个潜在的长期关系发展对象的话，她会扫视你的屋子，看看在这样的环境和你一起生活是否会感到舒适。你要清楚地意识到这一点。

酒精能建立舒适感。酒精能让女人有解除责任的藉口。在家里喝酒是女人的爱。许多女人更喜欢葡萄酒而不是啤酒，更喜欢伏特加而不是朗姆酒，更喜欢甜味酒而不是苦味酒。了解一些葡萄酒之间的基本的不同点。另外香槟酒从来不会出错（不必很贵）。重要提示：我们谈论一到两种让她感到舒适的酒。不是要让女人喝醉以便和她 SC。这不值得，不道德，没必要。在许多地方，和喝醉的人发生 SC 是不合法的。这样会构成强奸罪。这样一点也不酷。

不要被女人左右，要左右都是女人。

没看过世界，哪儿来的世界观?

你的小火箭发射了吗?

点击查看小火箭发射教程：小火箭 Shadowrocket 使用教程

在打理你的屋子使它对诱惑来说更适合方面，可以列一个无止境的清单，但是不必在这上面花费过多功夫。把你的住处好好打理一下，然后不再理这档子事。
你可以把剩下的时间更好地花在其他事情上。

激起性欲

关于如何激起女人性欲的信息到处都有，而且数量惊人。这本书不会详细讨论激起性欲的技巧。我们计划今年晚些时候对这个主题专门出一本书。

一个性欲高涨的女人几乎不可能被 ASD 影响。

同时，这里有一些小提示来纠正一些普遍存在的误解。这不会使你成为一个调情高手，但这会帮助你远离床上发生的灾难

- 大多数女人可以有性高潮。不是每次，也不总是和一个女人第一次 SC 的时候，但你应该在真正进入之前，对你能给一个女人性高潮这事有相当的自信。一些男人能够做到这一点。如果你正有一个规律的性伙伴，收起你的骄傲，寻求让她帮助你。

- 女人的身体不仅仅是两个乳房一个生殖器而已。碰触她身上的每个地方。留意一些你喜欢的地方，或者她喜欢的地方。

- 慢一点。你不需要匆匆忙忙的。花点时间慢慢地从一个性敏感点移动到另一个性敏感点。

- 戏弄她一下。大多数女人喜欢在床上被戏弄。

- 大多数女人喜欢你拉她们的头发，亲吻她们的脖子甚至咬她们的脖子。学着恰到好处地做这些事情。

- 不要忘记语言的力量。例如你正在挑逗她，这时在她耳边低声告诉她，说她有多么性感，你多么想要她等等。一些女人喜欢各种不同的语言挑逗，找出她喜欢什么。

解除她的后顾之忧

女人经常会反对升高性接触。有时候她希望你停下来。有时候她希望你慢下来。有时候她希望你忽略掉她的反对意见。有时候她是想升高性接触。有时候她不知道她想要什么，但是她们的本能在其反应。在本章我们已经探讨了女人说不的原因。

> 女人想要什么根本不重要。“停”意味着停。“不”意味着不。你可以在之后再次尝试，或者你可以尝试其他方式。你不能确切知道她脑袋里想什么。即使你能，你也不知道明天她会做什么。也许她幻想成为爱情俘虏——这不罕见，真的——并且很享受和她所辱骂对象 SC。然后她和你亲吻道别，回到家里，感到她自己糟透了，希望她根本就没和你 SC。她告诉她的室友。她对你说不了，但你忽略了她说不的请求。好吧，如果发生的这一切真的就像强奸一样，这真的不是她的错，不是吗？她的室友报了警。欢迎来到地狱。

在一天的 后时光，谁在意她说不？让她和你在一起感到更舒适，下次你看到她时她也许会说是。或者和另一个人约会。这本书里的技巧将会让你（在女人方面）有更大的选择余地，所以如果一些技巧被证明不是对所有女人有效的话，没关系。

好吧，现在我们有了不寻常的办法，让我们看看如何以一种让她感到舒适和安全的方式来处理拒绝，象征性拒绝或真正的拒绝。

象征性拒绝

第一个要考虑的是语言。“不”“停”“我不想这样”听上去意思很明确了。想制造象征性拒绝的女人经常这样说"我们不应该这样做”。对此的正确回应是同意她的说法。回应说“是的，我们不应该这样做，我们当然不应该这样做，你太坏了。”现在你已经把她拒绝你的框架变成了你们两个正共谋做某件你们本不应该做的事情，或者变成了她正在试图诱惑你。如果她再次说不，（“不，真的，我们不应该这样做。"）这才是不的意思，这时你不得不停下来。

另一个象征性拒绝的例子是，如果你带她回家，她说”我不会和你 SC 的“不要在意这句话。在你和她到家之前，你不会打算和她辩论这一点的。因为这时 SC 不是一个就在眼前的可选项。当你和她到了你床上的时候，她也许会改变主意。所以忽略她的反对意见，或者放肆的取笑她。如果你和她辩论这一点，你会令她强化她今晚不回和你 SC 的想法：这样的话，到时她可能会用行动来和这个想法保持一致的。这里有一个更高级的策略，假装把她的话误解成对你将会以何种方式 SC 的争论，但是这要等到你的技巧非常纯熟之后才行。如果她说”不“，而且你意识到她不是真的说不，告诉她，对你来说，不就是不。不要把它变成一个演讲，只是很快的附和一句，然后接着做你正在做的事。如果你非常确信她不是真的说不，那么再说一遍”不就是不“，并以”欢迎来到地狱“结束。如果当她说不的时候，她坚持要得到你忽略她这句话的回应，如果你的确忽略的话，她就会知道她事后的安全藉口是什么，如何使用这个安全藉口（当她想要你升高性接触的时候，她就会通过说不来鼓励你这么做）。如果你还不知道安全藉口是什么，你就还没有准备好应对这种情景。

不要轻易放弃

她也许想要你不要轻易放弃，理由同象征性拒绝：她不想让事情轻易发生，或者她不想让你认为她对性很随便。当你达到她的某个抗拒点的时候（比如脱掉她的衬衫），回到某个她感到舒适的接触程度（比如隔着衬衫抚摸她的乳房），然后过几分钟再试一次。

亲密程度

关于你们俩的亲密程度进展的有多深，不完全有女人来决定。传统上，男人想要性，如果女人愿意给他的话，男人会得到她，但如果她设置了一个很低的亲密程度界限（比如不准碰腰部以下的部位）男人会尽一切努力来突破这个界限。这本质上意味着女人设置了一个亲密的界限，一个她的舒适区的上限。

然而，这不总是起作用。你不能坚持要 SC，如果她不愿意的话，但你不必接受她的条件。她也许想和你在床上整晚亲吻。你也许想 SC。你们都不反对给对方想要的。向她解释，不要有任何怨恨心平静气的说，和她躺在床上整晚亲吻使你情欲高涨，而且让你很沮丧，你愿意等待直到她和你在一起感到更舒适为止。看上去自信和谅解的样子。你有和女人在一起的经验，你不想逼她做一些她不愿意做的事。另一方面，你不是对 SC 饥渴。这里的关键是，绝对不要显示出怨恨和苦恼的样子。她会寻找这方面的迹象的。不要告诉她这没关系，因为她会感到被操纵。不要迫使她口头同意什么事，而是要看当你再次逼近她的抗拒点时的反应。她也许会让你通过之前的抗拒点。如果她再次拒绝的话，你也许需要采取脱离策略。

脱离

这里我们使用”脱离“这个词意味着在诱惑阶段暂停一下，不是意味着完全停止这个阶段。当你达到她的一个抗拒点，并且不轻易放弃的策略不起作用的时候，暂停一下。说”我理解“，不要有任何失望和苦恼的暗示，并且拿走所有制造浪漫和性感的东西。蜡烛，焚香，微光，制造气氛的音乐——这些都拿走。你不是在惩罚她，你只是做一些其他事情而已。毕竟，你喜欢她而且你享受她的陪伴。让她知道这一点。然后做其他一些事情—— 好是一些无聊的事。查收你的电子邮件。玩扑克牌。她会想重新建立性接触（如果她不这么做，多花点时间你独自做一些事）。当她试图重新建立性接触的时候，重新建立浪漫和性感的氛围，蜡烛，焚香，微光，制造气氛的音乐，或者任何你之前使用过的东西。然后花点时间，慢慢逼近她的抗拒点。如果你再次达到这个抗拒点，或者任何其他抗拒点，说”我理解“，然后重复脱离的过程——这次等时间长一点，如果这次是你主动重建性接触的话。

第 11 章 亲密关系

本章内容：

- 亲密关系的种类
- 基本原则
    - 传统亲密关系
    - 升级版的传统亲密关系
    - 开放亲密关系
    - 多重亲密关系
    - 约会过/不明确的亲密关系
    - 炮友

不要被女人左右，要左右都是女人。 没看过世界，哪儿来的世界观？ 你的小火箭发射了吗？点击查看小火箭发射教程：
小火箭 Shadowrocket 使用教程
https://shadowrocket.dev

- 管理高等承诺度的亲密关系
- 管理中等和低等承诺度的亲密关系

亲密关系的种类

这里我们谈论的关系是指你和某一个特定女人之间浪漫的或者有性关系的亲密关系。

我发现大多数亲密关系可以归为六大类。

1、 传统亲密关系：一男，一女，双方都没有其他约会的对象

2、 升级版的传统亲密关系：和传统亲密关系基本一样，但有时候你或她会牵涉其他人进入你们的性生活范围中（不包括你们的感情生活）。通常你俩对不谈感情的第三者介入不报排斥态度。

3、 开放的亲密关系：双方第一位的感情承诺对象是对方，但是你或她也有和其他人约会的自由。

4、 多重亲密关系：你们对彼此有较强的感情承诺，但是对你和其他人发生关系方面，没有情理或法理上的限制。

5、 约会过/不明确的亲密关系：你们的关系还不明确，你们之间没有明确的彼此承诺要求。这通常是指你们还没有睡过之前或睡过之后的短期状态。

6、 炮友关系：没有任何情感上的承诺要求，你们只是性关系而已。

这些亲密关系种类是根据承诺程度和情感强度递减排列的。

A）1、2 两种关系本质上指的是一夫一妻制。

B）3、4 两种关系中，你们彼此的承诺程度相对来说更加模糊一点。

C） 5、6 两种关系中，几乎没有彼此承诺的要求在里面。为了简单起见，我们把A、B、C 三类关系分别称为高等、中等、低等承诺的亲密关系。

你偏爱那种关系是你的事情。没有说一类关系就优于另一类关系。在我写作本书期间的一次民意测验表明，分别对这六种关系有偏好的男人的分布比例是比较平均的。

那就是说，我确信许多读者会直接跳到介绍多重亲密关系的部分。这没什么，如果那真的是你想要看的部分的话。这也曾经是我的生活方式。但是检查下你的动机。不要追求某种社会热点事物，或者像某些“约会专家”所说他们的关系就是多重亲密关系。他们中大多数没有这种关系。顺便多说一句，那些有多重亲密关系的人也不是你模仿的对象。许多约会专家之所以成为约会专家是因为自尊心不足。对自尊心严重不足的男人来说，有多个女朋友的感觉是非常棒的。不要误解我的意思，我当然有足够的自尊心。但是约会和亲密关系管理是两种不同的技巧体系。复制约会专家的不安全的-被动的亲密关系管理方法是不理智的。

约会和亲密关系管理是两种不同的技巧体系

基本原则

无论你们发展关系的 终目的是什么，为了获得你想要的关系，有一些基本原则要牢记在心中。

- 亲密关系管理经常被看作是“在你和她睡过之后”才应该考虑的事情。这是一种错误的想法。女人不会等到她和某人睡过之后才考虑你和她的关系要走向何方。如果你不帮助一个女人指出你想要的关系是什么，她就会去猜。或者她可能会假设你想要的关系和她想要的关系是一样的。或者她会曲解你无意说的话或做的动作，由此推断出你想要的关系和她想要的关系是不一样的。
  这两种结果都会让女人建立一种框架和预期，这种框架和预期在之后是很难去改变的。如果她认为你不知道或者不愿意告诉她你真正想要的关系是什么，那么她可能就不愿意在一开始的时候认真对待你。

- 亲密关系的类型可以随时间而改变。通常，在同等承诺等级下的亲密关系升级要比跨承诺等级的亲密关系升级要容易。跨承诺等级的亲密关系升级要比亲密关系降级要容易。亲密关系降级通常需要先有一个分离过程再紧接一个无联系时期（长期冷冻）。你可以在之后尝试去重建一段关系，但是通常你多只能回到先前你和她达到的亲密关系水平，或者 终变成炮友关系。前男友和前女友之间发生炮友关系的几率通常会大于许多人的想象。

- 永远不要说谎。再怎么强调这一点都不过分。即使你不接受我针对说谎的道德分析，考虑下以下这些实用的观点吧。

永远不要说谎

1. 你的谎言 终会被戳穿，随着时间的流逝，她对你了解的越多，她越能够说出你什么时候在说谎。你圆谎的难度会变得非常大。就像马克。
吐温说过的“诚实不是不得不去记住你说过的话”

2. 她会觉得对你撒谎也合情合理

3. 你会越抹越黑。如果你撒谎了，你就是在告诉她你认为你所作的事情是不能被接受的。你怎么能期望她去相信你自己都不能接受和不能诚实相告的事实。

4. 你会显得软弱。软弱的男人通过说谎来得到他想要的东西。强大的男人对他渴望的东西是诚实的，从不遮遮掩掩。

5. 说谎是不必要的。你不说谎也能得到你想要的东西。

所有的交流都依赖诚实

- 对于说谎的道德分析。所有的交流都依赖诚实。亲密关系里的谎言就像一幢房子下面腐烂的基础。不管其他部分有多么好，如果基础塌了，房子也就塌了。一个女人在你身上投资感情是把她的幸福托付给你，你有责任去照顾好她的幸福。欺骗她就是在利用她。如果你曾经被欺骗或背叛过，你会知道那是什么感觉。是的，一些女人可能是冷酷无情的，也许她们在过去伤害过你，但是冷酷无情的女人通常不是爱你和信任你的人。

  记住这些基本原则，让我们来讨论下六种关系类型。

传统亲密关系

传统亲密关系是指双方都认同一夫一妻制。我称这种关系为“传统亲密关系”不是因为这是令人乏味的或过时的，而是因为这种关系在过去几千年中一直占据着主导地位。

在一段传统亲密关系中，你们通常：

1. 把彼此看作是男朋友和女朋友

2. 期望你们 终会生活在一起，结婚，生子

3. 会频繁见面——至少一周 2-3 次，如果你们不是住在一起的话，根据距离远近和工作繁忙程度而不同——并且几乎每天都有联系。

4. 会和彼此的朋友和家人见面，并且会花费大部分的休闲时光在一起。

5. 对彼此有义务。如果她 好的朋友要结婚了，猜猜会发生什么事？你会作为她的男朋友出席这个婚礼。我不管你是否愿意去参加这个婚礼；她是你的女朋友，那么

你就应该去参加这个婚礼。她也应该打扮漂亮去见你的父母，不管她愿不愿意。如果你们之中有谁花时间与其他异性在一起，并且另一方对此不知情或不赞成，你需要去解决这个问题。等等。

开始一段传统亲密关系

这是一种占主导地位的亲密关系类型。女人通常会在你们关系发展之初就假设你们的关系是传统亲密关系，尤其是在你和她有过一次以上的性关系以后，除非你们之中有谁说过或做过含有其他意味的话或事。

大多数你发生过性关系的艳遇也许 终不会转变成传统亲密关系。这个事实表面看起来也许会很奇怪。这是因为人们经常会无意中“说过或做过含有其他意味的话或事”。这也许很微妙。例如，如果在你们互动一小时左右之后，她提及了其他男人或约会，这表明也许在当时她还没有准备好发展一段传统亲密关系。如果你散发出一种“聚会”（高能量）气氛，并且从不表现出认真对待的态度，她可能会假设你对关系发展的态度也不认真。

在本小节里，我们假设你确实想和她发展一段传统的亲密关系。当双方对共同建立一些事物感兴趣，而不是对探索其他人感兴趣时，他们就进入了传统亲密关系。换种说法就是，当双方更担心失去彼此而不是担心失去自由时，他们就进入了传统亲密关系。

传统亲密关系首先是建立在感情亲密的基础上的。舒适感基本内容清单中的大部分做法在建立传统亲密关系阶段仍旧可以起作用。对于建立传统亲密关系的重要元素是你们互相呆在一起的时间。如果你可以每周和她见 2-3 次面而不会让她有窒息的（没有自由的）感觉的话，那么你们的关系应该处于 好状态了。下面我们来看看如何做到这一点。

要建立这种亲密关系，需要从舒适感阶段就要开始做准备了。建立基于共同兴趣的模糊的长期的计划是一个很棒的主意。在舒适感阶段，不要把计划推进到实质阶段；对许多女人来说计划是乏味的，而且计划会激起大脑的理性思维而不是感性思维。就我个人而言，如果我和一个跟我说喜欢绘画的女人约会的话，我会和她做一个去画廊看画的模糊计划。如果我们发现彼此都喜欢冰球的话，我会评论说我们很有必要一起去看场比赛。如果她想提升厨艺，那么我会建议一起去参加一个厨艺课程。这样做你不仅提出了一个很棒的约会建议，而且你也：

1. 使她加强了你和她可能会一起经历一些令人兴奋的事情的感觉

2. 促使她想象将来和你在某个场景下在一起的情景

3. 暗示你有和她发展长期关系的可能性 在你和她睡过之后

如果你想让她成为你的女朋友，那么在第一次和她睡过之后，立即加强你和她的联系。一起过夜或邀请她一起过夜。一起吃早餐。过后当天给她打电话。通过行动来向她表明你和她不是一夜情。但是不要粘着她。不要给她送花。当她需要空间的时候，不要试图去和她黏在一起。

你的行为应该能暗示出你的意图，但是不要期望她也这样对你。在享受性关系方面，女人会面临很多内疚，并且有时候在和某人第一次发生性关系之后会显得疏远起来，即使是在她感到和那个他有联系的时候。这是生活中少数几个双重标准之一。在她让你对和她发生性关系感到内疚的之前，想象一下女人生孩子时是什么样子的——她会很快的变换情绪，并且让你知道她真正的感觉是什么。此时（第一次和她发生性关系之后），如果她需要保持距离，就让她一个人静一静。如果她想要和你联系更紧密，那就更紧密一些。

过后当天给她打电话。这个电话很重要，并且不能向她显露尴尬。以下是一些要牢记于心的事项。

过后当天的电话（传统关系）

1. 不要用向她“报道”的语气打电话

2. 不要提到和她发生性关系的事

3. 因为你想告诉她一些发生的有趣事情而给她打电话，或者因为其他一些即使你在昨天

4. 没有和她发生性关系也会和她打电话的原因而和她打电话。

5. 继续保持你在和她发生性关系前的那个自然，幽默，有趣的个性形象。（不要改变对她的态度）

6. 不要让尴尬的沉默出现，或者因为说的太多，说的太快而显得紧张。如果你担心出现尴尬的沉默，事先准备至少够交谈 8-10 分钟的话题。

7. 不要仓促做（下一次约会）计划，除非她在电话里显得非常热情，对你有很强的舒适感。

8. 第一个挂电话，如果可以的话（如果不是你第一个挂电话的话，那也不是世界末日）你通常应该在和她发生性关系之后的第二个电话里提出和她再次见面的邀请。

如果在你和她发生性关系之后，你们再次见面了，你们的关系就有可能发展成传统亲密关系。利用每次你们见面的机会讨论共同的兴趣爱好和你们之间即将发生的事情。这样一来，你们进一步的约会计划就自然地产生了。例如，假设你们都说喜欢古典音

乐。你说你打算下周日去公园听一场音乐会。除非她改变话题，否则邀请她一起去。现在你们就有了下一次约会计划。

有时候，她应该会发出一些暗示她对你有承诺的迹象。以下是一些这方面的例子：

- 她为你预留一些周末时间，或者想知道你休息日打算做什么，以便她能据此安排她的计划。
- 她提出约会计划或旅行
- 她多次把你介绍给她的朋友。留意听她是如何介绍你的，留意观察她在你身边是如何表现的。记住，如果女人的朋友察觉她很随便的话，她们会觉得失去社交价值，所以女人可能不会在一个浪漫的情景下向她朋友介绍多个男人。

如果她没有给出任何相关的信号，要有耐心。好好利用电话这个工具。一周内多次给她打电话，每次电话持续 10-20 分钟，告诉她你身边发生的有趣事情，或者关心下她生活中发生的特别事情（例如，她的身体是否好点了；她对她的新工作是否满意，等等）。这显示出你对她的关心，并且你愿意听她说话。

如果这不起作用，引入嫉妒因素。这也就是我为什么一开始就指出：当双方更担心失去彼此而不是担心失去自由时，他们就进入了传统亲密关系。通过无意中提到的发生在你生活中的有趣故事，来暗示，不是明示，有其他女人在追求你。例如，当讨论周末计划时，你可以说一些类似这样的话“这周末，我的一个朋友邀请我去她在湖边的别墅玩，到时我可能接收不到电话信号。。。所以不用太想我，我回来后会给你打电话的。”

如果她想要有承诺的话，她应该会提出你是她的男朋友，或者问你是否是去见其他女人。这个时候不是继续表演嫉妒情节的时候，这个时候你一定要表现的非常真诚。那样你离目标就非常近了。

几乎没有这样的女人，一边每周和你见 2-3 次面，一边从来不把你看作是她的男朋友（没有言语或行为暗示），或者从来不提出讨论将来的计划。但是如果这事发生了，那么问清楚她对当前关系看法的责任就落在你身上了，你可以这样说“虽然说提这件事我感到很好笑，但是我发现我们从来没有真正讨论过这件事。我们是否本来就应该像这样互相频繁见面吗？”说这话时，情绪自然一些，不要紧张。不要让她把问题抛回给你。是你提出这个话题的，是你问她对当前关系的看法的。没有理由让你先来表达你对当前关系的看法。

记住，她需要自己来得出这个结论：她不想见其他男人，并且 /或者她宁愿放弃见其他男人的权利来交换你不见其他女人的的承诺。对她来说，由她自己来决定这么做而不是

由你来迫使她决定怎么做，是非常重要的。如果在她感到做好准备之前，你迫使她做出了承诺。显然，你就增加了在以后她欺骗你的可能性。所以不要那么做。

升级版的传统亲密关系

升级版传统亲密关系和传统关系各方面都很相像，除了你们两个人还有其他的性伴侣。当然，这是在承诺关系的前提下发生的。一般来说，在你们的关系之外和另外的人还有一段独立的关系或者在没有对方的同意下和约见其他人是你们任何另一方都不会接受，尤其男的。你们双方都有权利反对任何你们之一感到不舒适的事情。

情侣在这种类型的关系下可以和其他人、其他情侣、和/或其他女人们发生关系。这是在大家都对 3P 感兴趣情况下发生。这是一种 常见的升级版传统情迷关系类型，也是我们的技术所关注的领域。其他类型？推荐你看看这个：http://www.swinglifestyle.com/

开始一段升级版的传统亲密关系

升级版传统关系常常是基于当传统关系的情侣决定体验一下不一样的性生活。然而，如果升级版传统关系是你想要的，你却打算从传统关系开始然后慢慢演变过来，那就太没效率了。如果你已经在一段传统关系中，希望使它变成升级版传统关系，你需要做的是让你女朋友或老婆对 3P 产生兴趣的方法。可以看看 David Shade 的 3P 产品。

Solievil [依华]注：

David Shade 结婚一段时间后，他老婆把他甩了，和另一个男人搞在了一起。但当他见到那个男人的时候，他木有生气，反而向那个男人寻求意见。David Shade 是性爱方面的大师，他的网站：http://masterful-lover.com/

打不开的话把小火箭这个工具用上：https://shadowrocket.dev/

如果你现在还没有进入一段传统关系，而升级版传统关系又是你想要的，直接进入升级版传统关系就行。在传统关系章节提出的建议几乎全部可以用在升级版传统关系。然而，你们之间应该明确到底什么是你们都想要的，还有有哪些规则。

一般来说， 好在你们一起睡了 3~5 次的时候进行这样的一次谈话，不要等太久。你需要建立一定的亲密感，但不要等到关系定型了。确保你设定了正确的框架。

3P 应该是你们关系的一个增加，你们对此应该都感到舒适和快乐。避免任何让她觉得她对你来说缺少了什么或她在性生活方面对你的要求来说缺少了什么之类的暗示。这样说“我想和你一起分享其他女人”比“我想把其他女人” 更好而且威胁性更小。

当然了，升级版传统关系只有当她是双性取向或者对双性好奇的时候才会发生。许多女人可以被说服试试升级版传统关系，但有些已经过了这个阶段，不再有兴趣了。抱歉。如果我捡到了神灯可以许三个愿望的话，我保证将用其中的一个愿望来解决这个问题。同时，如果她没星期，你不能硬来。

你怎样才能知道她是否对 3P 有兴趣呢？问她。或者问她是否有过 3P，或者是否“喜欢女人”。不要把这搞得像个大事一样。真心话游戏是一个不错的方法。不要像个偷窥狂一样刨根问底。时间有的是。一般来说，你做 好在一个中等能量、夜晚氛围下，酒吧或一个有活力的餐馆，来杯饮料，然后谈谈这个。

如果你认为这些问题可能会冒犯到她，但实际上不太会的。你对她的印象是认为她保守，批判，或纯洁。然而，如果你微妙地暗示，比如用第 17 章讲故事中的植入技巧。比如，说一个或两个关于你和前女友一起 3P 的故事。不要让 3P 成为你故事的主体，使之只是一种的一个相关细节而已。下面就有一个虚构的例子，不要使用这个例子，这不是你的列子，你无法保持一致性：

我认为这这真的很有趣，男人和女人对美的看法真不一样。我前些日子在网上看到一个投票，评最性感的演员，然后 Angelina Jolie 票数最高，40%的女人都投了她但几乎没有男人投她，而 Lindsey Lohan 正好相反。我有时和前女友和其他女人 3P，但有趣的是，我们无法对喜欢哪一个达成一致的意见。即时现在，你可以看到在女性杂志中的女人和男性杂志中的女人有很多不同，不仅仅是她们在 Maxim 或 FHM 杂志中穿得更少。从头发、化妆、题型都不一样，你注意到了吗？

这个故事讲了男人和女人对女性美的不同视角。但是这个故事的目的是让她知道你和一起女人一起有过 3P，然后看看她的反应。她可能会让你知道她对此的想法。

顺便说一下，只是一起和其他女人发生关系而不和其他男人的话就是双重标准了。如果她提到了这个，那么接受事实。淡然如果你们都对女人感兴趣而只是你们中的一个对包括其他男人感兴趣，那么这是一个不合理的提议。

开放亲密关系

开放亲密关系允许你们任何一个人在你们关系之外和其他人约会。开放亲密关系根据情感强度的不同而不同：有些更像是升级版传统关系而有些则没有那

么强烈。开放亲密关系可以使你们在拥有高承诺关系的承诺和情感强度下，有更多的多样性、自由和探索能力。有些人发现他们自己喜欢和不同的伴侣进行不同的活动或不一样的心情。然而，开放亲密关系也可能是一个情感噩梦。关于你的接受承诺，对自己和你的伴侣诚实点，如果你无法接受了，不要害怕改变自己的想法。开始一段开放亲密关系

这是一件重要的事，应该坦率地谈谈这个。就像一段升级版传统关系，你可能应该准备好暗示着开放亲密关系的故事，故事可以是你的或者你朋友的，而且发展的很好。保持真实，显然。你可能应该在约会中植入这个，比较理想的是在近的约会中但是是在你和她上床之前。

在你把这个主题提出来之前，想想你想这段开放亲密关系怎样发展。你希望这段关系主要是性方面的，还是你希望也带有情感因素？你们之间你希望分享多少信息？当你提到这个的时候，谈谈你真正想要什么，但是你还没有准备好发展一段传统关系或者不感兴趣。

不像升级版传统关系，这里没有双重标准。如果你无法接受她做你所在做的事情，那么这种类型的关系不适合你。在你拥有超高技巧前，大多数女人吸引其他男人的能力比你吸引女人的能力强多了。现在就想想，如果是这样，也就是和她发生关系的男人比和发生关系的女人多很多，你还会很开心吗？许多人（包括男人和女人）认为他们接受得了，但是 后嫉妒、消极反抗的行为毁掉了这段关系。

关于这个主题，一本好书推荐给大家：The Ethical Sult。不说这个标题，但这确实是本好书。

多重亲密关系

多重亲密关系允许你和不同女人发展一段独立的同一时间段的关系。这和开放亲密关系很像，但是没有像开放亲密关系一样把一个女人制定为你的正房。

一般来说，你的伴侣将不会知道或和彼此有关系。如果她们有，这更像是第三（或则更多）种情况了。那样就超过本书的范围了。

多重亲密关系和开放亲密关系一样，有利有弊。然而，如果你没有选择一个成为你的正房，事情就变得有点难度了。

一般来说，大多数有魅力的女人如果感觉到她们不是你的起码是正房的话不会和你保持一段长期的关系。当然也有一些有足够多的情感和性伴侣，她们无论如何还是会见你，大多数对你不会有情感投入或者会离开你奔向恩那个给她高承诺关系的男人。多重亲密关系对大多数女人来说都是短时间的。之所以这样的部分原因是心理上

的。即使你掌握了我所给你的本章的所有关系管理技巧，有些女人会因为不是你的正房而感到不舒适或者特别。还有部分原因是女人想到她的未来。当其他人“ 终”结婚生子了，这对男人和女人来说有着不一样的意义。男人可以在中年的时候当父亲，而且男人对女人的吸引力和时间的相关度更少。另一方面来说，因为大多数男人看重年轻和漂亮，女人知道自己如果过了 30 魅力就大减了，而在 35~40 时就更严重了。因此，一段不会发展到承诺的关系对男人的前景来说没什么大的威胁，但对一个女人来说是每况愈下的。还有，40 岁高龄产妇对女人她们自己还有她们的小孩来说都是有有风险的。

因此，对大多数女人来说，在快到 30 想要结婚生子的时候，不太可能在不是你的正房或得到长期承诺的关系中停留很长时间。

另一方面来说，多重亲密关系也符合很多女人的需求，特别是这些女人：

- 还很年轻，有很多时间（和欲望）来约见男人
- 已经有孩子了，而且不想要更多了
- 不想结婚生子的
- 没有情感动力或时间来发展一段高承诺的关系
- 她们自己害怕承诺开始一段多重亲密关系

像开放亲密关系一样开始。但把正房的承诺丢掉。如果你真正感到这对你来说是临时的 – 你在寻找理想的高承诺关系的伴侣 – 那么告诉她这一点。这会让她感到舒适。但是这样的话，确保你分享你对时限的感知。否则，你以后会为此抓狂的。

约会过（不明确的亲密关系）

约会过的亲密关系是你们之间的默认关系，至少在你们一起睡过之前。

开始（或保持）一段不明确的亲密关系

（这种关系下）你们还没有真正地做出选择。你几乎总是从这里开始的。如果你偏向这种关系，我猜是因为你想保持这种关系。我推测，你想找一个炮友，但是也不排除由炮友升级为男女朋友的可能。或者你享受约会的状态，想让你们的关系自然发展或停止。建立这种关系的唯一办法就是保持你的强框架。同时你也需要和她保持足够的 SC 频率，这样她就不会认为你们的关系是炮友关系了，但是频率不要太高，不然她就会开始把你看成是她的男朋友了。

每周见她的次数不要超过一次。当她给你打电话的时候，不要每次都接（特别是在你工作的时候）。总是向她暗示这样一个态度，你第一次或第二次和她约会的感觉不错，并且好奇的想在以后的约会中发现更多关于对方的事情。不要把这个态度挑明了，不管你和她见面的次数有多少，都要以这个态度来指导你和她互动时的心态。

炮友关系

有时候，你认识女孩的目的就是和她 SC。如果你和她在床上以外的地方会碰面的话，你们通常是在一个非浪漫的情景下碰面的（非约会）。只要你们互相都对这个关系保密，这对你们俩来说都是很享受的。

开始一段炮友关系

这不是很难。一旦你们睡过之后，不要和她约会。 好只是在互相需要的时候，为了 S C 而见面。如果你要和她在床上以外的地方一起活动的话，努力把它变成一个多人团体的集体活动，或者非常随意的不正式的活动。不要谈论其他女人，而且要避免谈论任何关于承诺的话题。

如果你提到下次约会安排的话，仅仅是很随便的提一句。你不会想让自己成为对方的蓝颜知己吧。你可以对她好，可以关心她，但是你不应该对她做浪漫的事情，或者其他类似男朋友才应该对她做的事情。

管理你的亲密关系

在我讲关于管理高度，中度，低度承诺亲密关系的详细技巧前，我想先讲一下管理所有亲密关系的两个普遍原则：令人兴奋的和多样的；惩罚和奖赏。

令人兴奋的和多样的

保持事情是令人兴奋的。当某一方停止做出让对方兴奋的事情，或者某一方认为平淡的相处是理所当然的事情时，通常会导致分手结局。在一段亲密关系中，当你要做出（和以前）不一样的行为时，记住下面这句话：

> 她和你保持一段亲密关系是因为她喜欢你身上的某种特质。不要改变你起初让她对你热情时的样子。

例如，如果你们是处在一段传统亲密关系中，不要停止和她约会。对任何亲密关系，确保去有意识地维持住你吸引和筛选水平。

对 炮友那样的低承诺度亲密关系来说，令人兴奋的和多样的也是很重要的。如果你们的亲密关系是基于 SC 的，那么让 SC 变得令人兴奋的和多样的。不要让事情变得乏味，不要让你们见面的时间和见面时做的事情变得有规律可循。

惩罚和奖赏

惩罚和奖赏的概念可能会误导某些人，可能会让有些人以为就像训练动物和抚养小孩一样。这是因为他们只注意到字面意思，而没有理解它的含义。如果你好的同性朋友把你的电视机弄坏了，而且看上去一点也不想为此道歉的话，你也许会通过疏远他来惩罚他，或者 /也许告诉他必须把电视机修好。另一方面，如果他对你很友好并且在你身边陪着你，你会想要奖赏他，如果他需要你帮忙的话你会愿意帮他，或者对他说一句“我欠你个人情”，过后再请他吃顿饭。在我们所有的关系中，我们都潜意识的照这个原则去做，并且我们希望别人也按这个原则对待我们。如果你约好和你朋友在晚上见面，而到时你却没有出现，也没给他打电话，你会期望他对你有所惩罚。如果他表现的像没事人一样的话，这甚至会让你感到不舒服。这就是当女人知道她们可以对你为所欲为时的感觉。大多数女人不喜欢这个感觉，她们宁愿和一个能维护自己利益的男人在一起。

所以，如果她做事出格了，告诉她。当你不同意她的时候，说出你的不同意见来。但不要过火，因为这传达出你的不安全感，并且让你看上去对她反应过激了。你惩罚她是因为你不喜欢她的行为，而不是因为你深深的受她这个行为影响了。把你的意见说出来，然后继续和她交往。

就像硬币都有两面一样。当你做了一些傻事，一些自私的事情，或者一些对某事反应迟钝的事情。她可能会也会这样对你。如果错是在你的话，像个男人一样承认错误。

以下是关于如何道歉的：坦白你的错误。看着她的眼睛并对她说“对不起”（或者“我真蠢”“我是个白痴”之类的话）。不要去解释你为什么这样做，或者你这样做的目的是什么，或者争辩说你做错的事情没什么大不了的。除非你的错误后果很严重，否则不要让她拖延这个话题。你可以这样说“对不起。我道歉。我是个白痴。这事以后不会再发生了。现在我能做什么来让你对这件事感觉好点呢？”

通常我们对惩罚谈论太多，而对奖赏谈论太少。你应该享受让她快乐的乐趣。如果让她快乐不能让你快乐，你为什么要和她保持亲密关系呢？在亲密关系中，你可以不受约束，不被缠着不放，可以做一些你听说过的（恋爱中）会做的或（平时）不会做的事情。你知道常见的（恋爱中）会做的事情有：给她送花，给她留言或发短信告诉她你是多么欣赏她，等等。

不要以一种让她窒息的方式去那样做。这类事情的价值就在于它只会在让她惊喜和让她意料不到的情况下发生（利用反撇技巧）。你使用这些重型武器的频率跟

你们之间的关系有很大关系。即使是在传统亲密关系中，每过 2-3 周使用一次的频率就已经是极限了，不能再多了。

一个非常有用的让她感觉良好的方式是告诉她的一个朋友说她是多么让你惊讶。你知道她的朋友会转告她的。不要对你女朋友说你告诉过她的朋友她是多么让你惊讶，你只需要相信她会知道这事的。这回应了在一段亲密关系中一个女人天生的一种情感需要。作为一个女人，她约会对象的好坏和她的社交价值紧密相关。有一个让她朋友认为很棒的男朋友所给她的社交价值和满意度，与有一个让你朋友认为很棒的事业所给你的社交价值和满意度是一样的。

我要警告你的是，这种奖赏通常是与传统亲密关系相关的，并且这会让她感到与你有很强的联系感，如果做法正确的话。如果你想要的不是一段传统的亲密关系，确保她意识到这一点。但是仍然要确保只有当她的表现值得给她这些奖赏时才给她这些奖赏。

高等承诺度亲密关系说明

许多女人把传统亲密关系看作是一种试婚的关系。开始的时候下面这些事情可能没那么重要，像把马桶盖放下来或者把脏盘子放水池里。当她只和你一个人约会时，这些事情会开始变得重要起来。当你们搬到一起住的时候，这些事情会变得更加重要。她会在潜意识里评估你是否是一个好丈夫。显然，你是否是一个好父亲也在她的评估范围内（性情，生活方式，提供抚养小孩所需的资源和能力等等。）

中等承诺度亲密关系说明

- 你必须保持一致性。如果你表现出你所做的是不对的，哪怕是一点点而已，她也会注意到的。
- 当然这并不是说不断的提醒她你和其他女人在一起。不要谈论其他女人或约会。当和她在一起的时候，把其他女人的事放到一边。不要引荐她们给彼此。当她谈到可能让你们两个人都不高兴的事情时，改变话题。
- 确保她不会认为这段关系在渐渐向传统关系发展。为了防止这个，每周见她不要超过一次。偶尔，几天不打电话给她。
- 你猜怎么着？她 终会约见其他男人。处理好这个。不要嫉妒。实际上，她约见其他男人 好，这样可以减少她对你们之间情感强度增强的要求。
- 一般来说，如果女人可以从一个男人得到她想要的，她就不会约见其他男人，至少不是认真的。甚至这个这个男人还有其他的女人。如果这发生了，你要做些什

么来管理她的期望了。不要问她是否她还在约见其他的男人，不要让她答应你不这样做，顺其自然。另一方面来说，不要指望你们的关系会朝这个这个方向发展。你 好相信她会利用好她的自由时间的。

低等承诺度亲密关系说明

你不应该有任何的期望，当然也不能够嫉妒。如果你们事实上是朋友，有时会和一大群人一起出去，你不能妨碍她约见其他男人。虽然，在当时，你的情绪唆使你带她回家，但如果她和其他人回家了，你要控制好自己。你可能在当晚带她回家了，但这样做的话，从长期来看会改变你们之间的关系。

不要让关系太舒适：你应该使你自己还有这段关系有趣、有挑战性。她将会给与你比你们第一次或第二次约会时更多的自由，但是她仍然希望你为这段关系投入。如果每次她和你见面的时候你都穿着一样的牛仔裤，然后“约会”就是一起看看电视，随便走走什么的，她会无聊死的。

第 三 部 分

游戏情境

第 12 章 社交圈子

Solievil [依华]注
https://shadowrocket.dev/

本章内容：

- 什么是社交圈把妹
- 社交圈把妹的好处
- 社交圈把妹的坏处
- 社交圈把妹的风险
- 社交圈把妹的策略
- 工作场合把妹的例子

什么是社交圈把妹

你的社交圈是你的延伸网络。你的直接社交圈包括你的朋友，熟人，家人和专职联系人。但你的社交圈比这要大得多——你朋友的朋友就属于你的延伸社交圈。如果你是

一个非常善于社交的人，你的社交圈可以包括很多与你关系远近程度不同的人。一般而言，如果某人和你社交圈里的某个人认识，并且她可以被你社交圈里的那个人介绍给你的话，那么她就包括在你的社交圈里。

一般而言，和你社交圈里的某个人建立关系远比和一个陌生人建立关系要容易得多。然而我只推荐哪些可以接受本书内容的男人玩社交圈把妹游戏，因为这其中蕴含着风险。

顺便说一句，本章只关注如何在你的社交圈之内发展关系，这与通过冷搭发展关系完全不同。建立和扩展你的社交圈不在本书讨论范围内。

社交圈把妹的好处

知道为什么社交圈交流更容易是很重要的，这样你就能使这些机会为你所用。

➢ **你的价值会被估计的更高一点，并且通常与被介绍的那个她相当接近。**

人们倾向于与有类似社会地位的人交流。人们同样倾向于基于他们认识陌生人的途径来预先判断陌生人的社会地位。如果我（作者）告诉你我打算介绍你和 Jessic Alba 好的朋友认识一下，你会倾向于认为你即将认识的那个她是一个有吸引力的女人。如果那个女人尊重她的朋友（Jessic Alba）的话，她会倾向于认为她的朋友（——你）也是有高价值的人。这只是你的起始状态，如果你表现出低价值的行为的话，这不会帮到你什么。尽管如此，和一个起初假定你是有价值的人的女人开始互动也比和一个起初把你和以前搭讪她的低价值男联系起来的女人搭讪要强得多。

➢ 她会更愿意了解和相信你的优点

如果你给一个女人留下了一个好印象，她也许会问她社交圈里的其他人关于你的情况。如果他们告诉她他们认为你多么优秀多么好的的话，她就会保持住对你的兴趣。这和第 7 章通过个人资源 DHV 的做法是一回事。

➢ 她放鸽子的几率会少很多

女人倾向于在她的社交圈里避免尴尬或丢面子。在她和咖啡馆里遇见的某个家伙约会前的 后一分钟取消约会不会给她带来任何社交后果。取消与某个她可能会再次碰到的人的约会会让她尴尬，如果你和她的介绍人听说这件事的话，更会让她看上去不懂礼貌。

➢ 她会更容易相信你，然后你就可以和她进行私下交流，建立联系

女人通常不愿意单独和一个她不认识的人在一起，尤其是在易受攻击的情景下（例如午夜过后，在他的屋里，在性感的情景下，等等）。女人会更容易相信在她的社交圈内认识的人。

例如，作为一个陌生人，她可能不愿意让你在一个活动后送她回家。当你以她朋友的朋友身份出现时，她可能就同意了。然后你就可以和她进行私下交流，建立联系，甚至她可能邀请你到她家里坐一会，这样你就得到了一个绝好的机会，而这些当你作为一个陌生人时是不可能得到的。

➢ 当你和她互动时她不会认为你是在搭讪她

如果你是被其他人介绍给她的，你和她的互动就可以自然而然的发生。她不会像在酒吧里被陌生人搭讪时那样去想“他为什么要和我说话”。因此，你无需马上失格她（对她显示无兴趣，见 7 章）

➢ 你不必开场和过渡

如果你是被其他人介绍给她的，你和她就已经处于正常谈话状态。这使你立即进入了吸引阶段。（第 7 章）

- **你有更多时间去树立你的正面形象**如果你正和一群人在进行社交活动（下班后一起喝酒，音乐会，聚会），一个女人会给你更多时间来赢得她的注意。她不想让大家认为她对圈子里的人是粗鲁的。

  她的朋友几乎不会因为要“保护她”而来打断你和她的互动交流。

作为一个陌生人，当她所在的组合要移动到另一个场景去的时候，要让她单独留下来和你在一起，或者让她邀请你一起去，或者得到她的电话号码会比较困难，并且需要一些技巧。当你是她社交圈里的人时，你就可以很自然的就和她们一起转场了。

如果你和一个女人有规律的定期见面（例如，在工作场合，或者在定期的社交场合），你不必在每次一开始互动交流时，像作为一个陌生人那样推进到舒适感阶段，你知道你将会再次见到她的。

- **她有时间来观察到你的好品质，而不需要你来告诉她**

在第 7 章我们说到，一个女人会更愿意相信她亲自看到的而不是你告诉她的事实。如果你和一个女人能经常碰面的话，她就更有可能亲自发现一些关于你的事实。

例如，如果你每周五都能和同一群人共度一段快乐时光，这个星期五你带了一位有魅力的女人一起来了，这群人中的其他女人会认为你是被预选的。下周五你独自一人过来了，她们可能会对你更好奇了。

- **建立舒适感更容易**

你们的社交圈已经有交集了，所以你们可以有机会谈论共同的朋友或联系人。你们可能已经有共同的经历和共同的兴趣。这些都是很好的建立舒适感的话题。

社交圈把妹的坏处

社交圈把妹的坏处相对要小一些，并且处理的方法很明确。尽管如此，你好对他们有个了解，这样你就能避免一些明显的陷阱了。

- **女人不想被认为很“随便”，或者不想在她的朋友面前被愚弄。**

如果你处于一个女人的社交圈中时，她几乎不会在与你互动的早期阶段就和你 SC。她会担心被她的朋友发现并由此认为她很随便，或者担心再见到你时会感到尴尬。确保不要在她的朋友面前和她有任何性意味的接触或谈话，同时通过

你的行为和你讲的故事向她表明你是一个谨慎的人，是一个有社交直觉的人。 ➢
一些女人会说她们“不会和同事一起出去”或者“和她的朋友约会”

你可能很难发现有女人会在所有场合下坚持这一原则。大多数女人在遇见她们喜欢的男人时会重新评估这一原则。通常这是一个藉口，就像一个女人说她碰巧有男朋友一样。这只是表明你太早的过多的表明你的兴趣了。不要和她争辩这一点。如果你仍旧处于和她互动的早期阶段的话，失格你自己（对她显示无兴趣，见第 7 章），同时回到吸引阶段做更多的吸引。如果你已经处于舒适感阶段甚至诱惑阶段，忽略她的这句话，不受影响的继续你的行动。记住：要改变她的情绪，而不是改变她的想法。

➢ 你需要花更多时间泡她

如果你是通过搭讪认识她的，你只需要在你能和她发展一段性关系之前的几次互动中竭尽所能的表现你自己就行了。甚至有时候一次互动就足够了。如果你每天都能在工作中见到一个女人，你不得不花更多时间来泡她。这不是说你需要在工作场合中像在夜店里那样伪装成高能量的兴奋状态。这句话的意思是你会更有可能通过某一天的糟糕表现，或者做了一些造成社交尴尬和无吸引力的事丧失掉你建立起来的价值。

社交圈把妹风险

我强烈认为社交圈把妹的好处要大于它的坏处。然而，我不建议你在熟练掌握本书技巧之前把这些技巧用在社交圈把妹游戏中。因为这样做有如下风险：

- 本书的技巧是非常强力的，你需要练习这些技巧。刚开始使用这些技巧时，很容易犯社交错误并造成尴尬。我确信你会犯错误。幸运的是，如果你只是在一个咖啡馆里无意地冒犯了一个你遇见的陌生人，她可能会告诉她的朋友，但是这不会影响到你的生活。如果你不幸地在你的社交圈里冒犯了某个人，风言风语就会散播开来。你社交圈里的其他女人就会对你保持警惕，这通常就会影响到你在社交圈里的形象。不要这么做。你社交圈的价值远远不只是你可以约会的女人的潜在来源，你没有理由去冒这个险。

- 即使你不介意犯任何社交错误，在你的社交圈里被女人拒绝一到两次后，会大大降低你可接近女人的机会。从技术层面来说，女人会观察到你缺乏预选。直白点讲，女人不会愿意和被她朋友拒绝的男人约会。每次你被社交圈里的女人拒绝之后，也会有损你在社交圈里的形象。

- 如果在你的社交圈里有职业的介绍人（专门介绍别人相互认识的人），这个风险会更大。这很明显，不需要我来详细解释。

- 即使你在你的社交圈里在泡女人方面是成功的，你也冒着被人认为你是一个

“玩家“的风险。当一些女人发现和一个明显在泡女人方面经验丰富的男人在一起时感到兴奋和感到被诱惑时，很少有女人愿意在她的社交圈里就这样成为第 14 个被征服者。尤其是当她将不得不与其他 1-13 号再次见面，或者当她和她的朋友还有你这个玩家一起出去玩的时候。

你的社交圈不是你练习把妹技巧的地方。去酒吧，俱乐部，音乐会，咖啡馆，饭店，书店，剧院，公园，沙滩，公共交通，或者任何其他你能认识女人的地方去练习把妹技巧。当你准备好的时候，你的社交圈仍旧还在那里。

你的社交圈不是你练习把妹技巧的地方。

社交圈把妹策略

让我们看看一些你可以用到的提示。许多社交圈把妹的策略已经在本章的前几节提到过了，以下是其他的一些策略。

同辈团体的认同是很重要的。

Solievil [依华]注：当你不在的时候，谁会防止她给你带绿帽，答案是：她的朋友，尤其是闺蜜！具体可以参见后宫管理方面的著作

- 同辈团体的认同是很重要的。即使你是去搭讪以个陌生人，这也是很重要的。因为这样的话，她的朋友会愿意让你去说服她和你一起离开或者让她再次和你见面。当你们有共同的朋友时，这点会更加重要，因为她的朋友们认识你，并且她相信她朋友的判断。和你的朋友搞好关系。在维护建立你的社交圈方面花时间，从来都不是浪费时间。

- 要非常小心你的吸引话术。在高能量场合看上去正常或玩笑性质的话（失格——无兴趣，打压，等等）可能在社交圈环境中是非常不合适的。

- 直到牢固的相互之间的吸引被建立起来之前，约会通常是没有必要的。她就在你的社交圈里，所以你可以随时邀请她和其他所有人一起出去玩，像下班后去喝酒，吃饭，一起去俱乐部等等。表面上你只是在进行社交活动（同时你也借机在团体里建立了你的地位，因为你这样做时你就是一个组织者和计划者）。如果她对你感兴趣，她会在活动中出现的。

- 不要使一个女人处于潜在的尴尬处境。不要在有其他人在场时亲吻她。不要和她有过多会吸引其他人注意的肢体接触。一旦你们之间有了相互的吸引和性张力，那么一些隐蔽的诸如”桌子底下“、”背后“的肢体接触就没有问题了。因为这样做增添里一种犯禁忌的刺激的情趣。

- 当你们共同的朋友或同时在场时，进入诱惑阶段会很困难。她通常不想让任何人知道发生了什么。然而她不会帮你解决这个问题，因为她不想让她自己来诱惑你。这应该是由你来解决的问题。在这种情形下，你可以试着和她另外约时间见面，但是你这样做就错失了当前情景下建立的情感动量，让她有时间来考虑她是否真的想和她社交圈里的人SC。如果你不想让这事发生的话，你可以用以下的策略来使你和她在恰当的实际脱离团体单独相处，不会让其他人注意到你俩，或者让她感到尴尬。

1. 开车送她回家，如果她没有开车的话，或者步行送她回家。

2. 让她送你回家。更好的办法是，让你的朋友先走，走的时候让你朋友请她稍后送你回家，因为你没开车来。

3. 耐心等待，幸运的话，也许其他人都走光了，到 后只剩你和她两个人了。[如果这事发生的话，几乎可以确定她对你有兴趣。

4. 频繁转场来"把其他人甩掉"。如果你们一群人去了一个饭店，饭后大家开始离开了，你可以邀请他们和你一起去街头的酒吧玩。对她来说这时和你一起去不会造成尴尬，但是你这样做的时候就有了一个很正当的机会来甩掉团体中的一些人了。

工作场合把妹的例子

工作场合把妹是一个需要特别谨慎的社交圈把妹游戏。工作场合绝对不是你练习把妹技巧的地方。为了混合讲解的需要，我使用了去年我在在线教学大纲里创造的她的版本/你的版本体系来讲解。

在你读这些故事的时候，试着去指出故事里的男人那里做错了，那里做对了。

例 **1**：

John 的版本

我是某公司的一个财务经理。一天我在超市里注意到一位有魅力的女人。随后当我在大厅或电梯里再次见到她时，我们互相笑着说了声"嗨"。几个星期后，我终于鼓起勇气去她所在的办公室和她聊天。我们聊了一会，随后我请她下班后一起出去和一杯，但她下班后已经有安排了。我们在大厅里经常见面，每次我看到她都上前和她聊天，请她一起出去玩，但她看上去好像总是有事情要做。我只好等待，等她不那么忙的时候再请她一起出去玩。

Emily 的版本

我刚刚在某公司的市场部开始上班。坐在我旁边的朋友很棒，但是在财务部有个猥亵的家伙总是和我搭讪。当我第一次见到他时，我认为他还算可爱。但他一直没有和我说过话，直到有一天他突然顺便过来和我聊天，并且此后就赖在我的桌子上了。他在所有人的面前邀请我一起出去玩，这都成为我们中的一个笑话了。前台的 Jessica 说他也对她做过同样的事。

看看他在那里做错了？现在让我们看看正确的做法是怎样的吧。

例 **2**：

John 的版本

我是某公司的一个财务经理。一天我在超市里注意到一位有魅力的女人。我介绍了我自己，并且把她介绍给公司里的其他人。我们在公司的每个角落都能碰面，有时候我们会停下来随便聊两句。如果我不得不去市场部办点事的话，那天就会成为漫长的一天，我会偶尔停一停手头的事情，和她还有坐在她旁边的 Melanie 和 Don 聊一会。每过几个星期，我们有一伙人会在下班后去酒吧吃饭，唱卡拉 OK，所以今晚我邀请了她们三个一起去玩。

Emily 的版本

我刚刚在某公司的市场部开始上班。坐在我旁边的朋友很棒，而且在财务部有一个我喜欢的家伙，他真的很可爱。他是我在公司里认识的第一批朋友。我们有时候会在公司的某个角落聊天和开玩笑。他总是能让我发笑，而且 Don 和 Melanie 对他评价也不错。总之，他告诉我说今晚他们有一群人会在下班后去酒吧吃饭，唱卡拉 OK，当然，我也会去。

现在，让我们看看如何让关系进一步发展。这个会有点困难。

例 **3**

John 的版本

我们在外面吃饭，我坐在 Emily 的旁边。几杯酒之后，我们聊了很多。我感到我有所进展。我也做了一些进挪，在吃了餐后甜点后，我有一段时间把我的手放到了她的肩上。在随后我和她在舞池跳舞的时候，我的手在她身上游动，但是她说她不会和在工作中认识的人约会。

Emily 的版本

我们在外面吃饭，John 坐在我的旁边。他真的喝醉了，而且试图让我也喝一点。他很明显地想独占我的注意力，所以我只能和他一个人聊天。当他把手放到我肩上的时候，我没有做任何反应，因为我不想让自己显得粗鲁，但是我向我的朋友投去了“快点

救我”的目光。在舞池跳舞的时候，他试图亲我，我不得不给他一些藉口来摆脱他。啊呸，什么男人!好吧，为了让人加深印象，这个例子有点夸大了。现在让我们看看正确的做法是怎样的吧。在你读这些故事的时候，要试着去指出故事里的男人那里做错了，那里做对了。

例 **4**

John 的版本

我们在外面吃饭，我坐在 Emily 的旁边。我度过了一段愉快的时光，和每个人交谈，讲了一些很棒的故事，每个人都在听我说话。有几次，Emily 和我进行了简短的私下交流，我们打情骂俏，并有了一些非正式的但是友好的肢体接触。饭后，我在厕所门口正巧看见她一个人从厕所出来，我趁机吻了她，周围没有其他熟人看见我们在一起。这是一个漫长的激情的吻，是对性张力的一个巨大的释放。我们互相都很热情。我跟她说我们需要在稍后没有人的时候继续，她同意了。一小时后，我跟她说她假装可以说她的车有问题，这样我就可以送她回家了，但是她总是忙着和她的朋友们说话。我和她坐在一起，试图把她的注意力拉回到我们的计划上去。当她稍后再次去厕所的时候，我试图再次吻她，但是这次情况有点尴尬，并且她说朋友们会找我们俩的。我解释说他们第一次没有抓住我们，所以这一次他们也不会抓到我们，但是她已经走回去了。几分钟后，我看到她在舞池里和某个家伙跳舞，并给了他她的电话号码。我过去想和她做进一步的身体接触，告诉她我打算离开了，而且会送她回家（暗示，暗示啊）。她却说她需要和她的朋友们在一起，所以我只好一个人离开了。今天，她告诉我说昨晚她喝醉了，那个吻不应该发生的。

Emily 的版本

我们在外面吃饭，John 坐在我的旁边。一开始，我真的被他吸引了，随后我们在酒吧里分享了一个真正的热吻。事情对我来说已经失控了，但是他想得到更多。他是那么的粘人，那么的猥亵，在当晚剩下的时间里一直缠着我,完全不像我之前认识的那个人！今天早上，我尴尬的告诉他，昨晚我喝醉了，那个吻不应该发生，好让他不要再来缠着我。

让我们把事情打碎了，看看实情是什么。。。

一直到接吻之前，John 把每件事都做对了。那个吻在当时当地是没必要的。John 这么做可能是想确认 Emily 是否喜欢他。如果这是一个快速的吻的话，可能不会有问题，

但是一个长时间的热吻事实上完全消除了之前建立的性张力。John 不再是 Emily 试图去吸引的那个人了，她知道她已经得到他了。他应该继续建立性张力，直到在一个他

可以利用的私密地方再释放性张力。第 19 章（接吻）解释了更详细的进挪过程。

亲吻之后，事情真的变糟了。John 变的软弱和粘人，不再是吸引 Emily 的那个自信的男人了。他试图让 Emily 和他共谋一个小计划好让他们能单独呆在一起，这让她感到厌烦并拒绝了这个提议。作为一个有魅力的女人，她知道如何与男人相处。她也已经和能让每件事都显得很自然的男人相处过了。
这个提议让她感到不那么自然，不那么有趣。随后，John 开始回到亲吻的老地方，希望让亲吻再次发生。这注定了他的命运。John 要想在那晚重新吸引到她的话，他可能需要通过偶尔和朋友圈外的其他女人调情引入一点点嫉妒。

例 **5**

John 的版本

我们在外面吃饭，我坐在 Emily 的旁边。我们在外面吃饭，我坐在 Emily 的旁边。我度过了一段愉快的时光，和每个人交谈，讲了一些很棒的故事，每个人都在听我说话。有几次， Emily 和我进行了简短的私下交流，我们打情骂俏，并有了一些非正式的但是友好的肢体接触。饭后，我和其他人一起出去玩了，但是后来我们又碰到一起去了。当我们这伙人只剩 5 个人在一起的时候，我提议到街头的酒吧去玩，那里的 DJ 是我朋友，而且我会在哪里遇见我的一些朋友。Emily 说她要回去了，所以我努力说服其他人也一起去，并用激将法给了 E mily 一个挑战（不爱社交，孤僻），虽然它看上去不那么明显。 后 Samuel 和我，还有她一起去酒吧玩了。我让他喝了点酒，并介绍一些女人给他， 后他消失了。Emily 和我在舞池里有了一个快速的接吻，而且是我先结束亲吻的。一小时后，我们一起离开了。

Emily 的版本

我们在外面吃饭，John 坐在我的旁边。我有点喜欢他了，所以当他说要去街头的酒吧玩时，我和他一起去了。我告诉 Melanie 我想在外面多玩一会，并且说我会打的回家的。Samuel 也一起去了，因为他也想泡我，但是 John 努力把他给甩掉了，而且没有引起尴尬。一小时后，我和 John 一起回到了公寓。我告诉他说我只能上去一分钟，但是现在已经早上 7 点了，我必须回去了，并重新做回我自己。

第 13 章 白天游戏

“白天游戏”顾名思义就是在夜店和酒吧等之外的场合去搭讪，社交圈游戏和网上游戏都不属于这个范畴，场外游戏的场所包括:公园，咖啡店，大学校园，商业街，购物中心等等容易在现场接近女人的地方。

白天游戏方面的 经典著作，可以下载 BBK(BlackBoyerKing)和我(Solievil) 翻译的《白天约会宝典》 – 白天游戏的圣经：http://blog.sina.com.cn/s/blog_7df5f989010100gc.html 本书由世界第一的白天游戏大师的 Jeremy Soul 撰写 https://shadowrocket.dev/

BBK 的博客：http://blog.sina.com.cn/u/2036193164
Solievil 的博客：http://blog.sina.com.cn/solievil 有利条件

1. 场外游戏中，女人的情绪意识并不总是在变来变去的(比如喝酒或者 HIGH)，也许你时不时的都想着去上一个喝了酒上头的女人，但是，大多数情况下你遇到的女人都是头脑清醒的，所以比起场内游戏，对方的意识和情绪更容易掌握。

2. 一些女人从来就不会去夜店和酒吧这样的场所，你偶尔遇到的一个医学院的漂亮女生很可能只是每晚埋头苦读，学习而不是去外面的夜店。所以，在场外这样的环境中你很容易碰到美貌与智慧兼具的女人。这对你来说可能是一种不同的感觉。

3. 在你的日常生活中，你就可以去搭讪你想搭讪的女人。你不得不去超市，饭店等场所去购买洗涤剂，去吃饭。所以，现在的你已经处在场外游戏当中了。

4. 只要有时间，你就可以随时间安排你的场外游戏计划。你不可能一直都在夜店和俱乐部这样的场合，但是你完全可以花个一小时时间去购物中心或者书店等场所。

5. 当女士处于她自己的日常生活中时，她是不会担心失去社交地位的。一些我在场外完成搭讪并约会的女性曾告诉我：她们是从来不和夜店认识的人约会的。因为这些地方的人让她们感到很危险，或者至少会担心她们的朋友会担心她出危险，当她把她与夜店男孩交往的事情告诉她们的朋友时。

6. 女人在场外经常是独自一人的，但是在夜店或者俱乐部这样的场合，漂亮的女人很少落单。在这样的场合，你就可以把精力完全投放在她一个人身上了，而且她也很少会关注她的朋友是怎么想的。

不利条件

1. 在一些特定的场合很少有可以接近的女人。但是在夜店和酒吧却有足够的女人等待着你去和她聊一个晚上。一个咖啡店里或许有一两个有魅力的女人，或许一个都没有。在这些特定的场合，我经常会花上一个小时或者更多的时间去寻找我愿意接近的女人。

2. 在白天，女人们是比较忙的，除非她正在工作，在夜店是没有人繁忙的。但是，在咖啡店的女人或许只有 10 分钟时间喝咖啡，之后她就会回去工作。

3. 在白天，不同的人都会有不同的情绪状态，但是在夜店大部分人都处于社交状态并且大胆开朗。在白天，很多人都不处于去认识新朋友社交状态。

基本原则和策略——帮助发展你的场外游戏技巧

1. 走出家门准备去和外面的人接近，你要始终感觉你自己是 好的。即使你准备去健身房锻炼，你的衣服也总是要合身并且让人感觉很有精神，你要总是让人闻起来很好并且有个时尚的发型。简而言之就是你要始终做好充分的准备去吸引完美的女人。

2. 要有社交意识，在接下来的一周内，我希望你能够尝试一个小小的实验，那就是和你见到的每一个人说”你好”并且面带微笑。这样做的好处是双赢的，第一，你能使自己处于”社交情绪”当中，这样，当你碰到一个你喜欢的女人时候，你就能做好充分的思想准备上去搭讪，而不是象一个懦夫似的让人感觉是被迫伸出手和对方握手一样。第二，当别人对你的微笑和问好时，给以礼貌的回应时，当有很多的人跟你进行互动谈话的时候，你会得到大大的惊喜。

3. 在白天，你要时时刻刻的去注意你的肢体语言，确保你始终站的很直，纠正你坐立不安的姿势，始终微笑着并且用眼睛直视对方，身体语言是你应该经常练习的技巧

4. 走近并且接触对方，事实上，你应该去接触每一个人，无论何时，你遇到了一个新朋友，你要尽快以友好的方式去接触他。这样的友好接触方式包括友好的拍对方的肩膀，或者握手等等，只要不要过于侵犯对方就好。

5. 和任何人说话都要用逗趣的语气，要想让对方喜欢你并且喜欢与你在一起，就要具备能够用好玩和有趣的方式和对方互动的能力和素质。这种逗趣应该是一种开玩笑的情景而不是动真格的。潜在的台词是“我喜欢你”。 对于场外游戏你应该永远牢记于心的信念

1. 降低你的能量级别，在夜店或者是俱乐部会有很多让人分心的节目，所以你需要得到组合中所有人的注意，你必须让所以人感觉到你很有趣并且能量级别很高才行。但是同样的能量级别用在超市就会让人感觉你只是一个小丑。虽然这样，你仍然需要一定的能量级别，能量级别只要和她相同或者略高于她便可，并不需要很明显的去吸引在场的每一个人的注意。

2. 你应该把精力放在单个组合中，在白天去接近一个组合相当具有挑战性。首先你准备好的想获得一个组合所有人注意的开场白很可能不符合当时的情景，其次，把你的目标从组合中分离出来是非常困难的。所以我建议你还是从接近单个组合开始锻炼吧。

3. 触摸对方的时候要小心了，你仅仅能用触摸你老板的方式去触摸她，确保你自己要尊重对方的身体界限。这可不是夜店，她是在公共场合与你这个陌生人交谈，所以要让对方感到舒服。

4. 要很快的到达过度阶段。她随时都可能离开，而且在白天的女人比起在夜间的女人更容易吸引。但是却比较难建立舒适感，试着在开场和过度之后直接进入筛选阶段，如果她不接受再回来建立吸引力。

5. 使用即时约会。在白天的女人并不象在夜店里的女人那样不会跟你去闲逛。如果你在白天遇到一个女人，你应该跟着她去她想去的地方，或者友好的建议她去另外的地方，象书店或者附近的咖啡店等等。

6. 给你的开场白寻找一个理由，在上文中我说过女人通常并不是处于社交状态下的。解决这个问题的一个方法就是让咖啡店的她帮你看一下你的手提电脑，然后你去一下厕所。当你回来的时候，她就已经准备好和你进行对话了。你也可以使用实用型开场白去编制开场白的理由。

7. 试着用直接开场白，尽管大多数开场白能使用在不同的场合，但是一些直接开场白却在场外游戏当中很成功。

第 **14** 章 夜总会

脱*衣夜总会（由万恶 **Sinn** 撰写）

Solievil [依华]注：这里简单介绍一下 Sinn，Sinn 总是出现在各大全球把*妹达人排行榜前 10，并在 2010 名列 TSB 杂志把*妹达人排行榜第一，高手中的高手！ 了解更多可以关注 Sinn 的网站：http://www.sinnsofattraction.com/

打不开的话用上小火箭就好：https://shadowrocket.dev/

许多脱*衣舞娘都非常地漂亮。可惜的是，她们同时也整夜沉醉于她们自己的长相和性魅力。在脱*衣夜总会游戏，有一些独特的挑战。这里我写出一些我认为 重要的：

1. 记录你去的夜总会的次数。在月初（第一次到第四次）和月末（第 25 次以后）把账单堆起来。许多女人之所以成为脱*衣舞娘是因为她们有财务问题，当财务问题变得紧急的时候，她们需要把关注点放在钞票而不是约会上。

2. 避开“顾客框架”。许多脱*衣舞娘都有一条规则，就是不和顾客约会。一旦你付钱给她，你就成了她的顾客或者一个潜在收入来源。而顾客对于脱*衣舞娘来说比一个和她约会的男人更有价值。

3. 避开“变态排”，也就是舞台的前排，即第一排。还记得 Savoy 在第七章解释的过的吗？女人的第一印象部分来自于他和你相遇的情境和以前在这个情境遇到的男人的回忆。照这样来说 – 脱*衣舞娘以前和坐在第一排的男人的关系（也就是顾客关系，而非情侣）不会促使她来认识你。

4. 在她的圈子内交一个朋友，比较理想的是交一个比较有地位的男人，比如经理或者 DJ。

5. 掌控对话。一个脱*衣舞娘在前 5 分钟和你说的任何话都是背熟的惯例。如果她们问你你是干什么的或者你晚上过得怎样，变换话题。确保你掌控这谈话。你应该选择让她会被你吸引的话题。

6. 如果你想要被脱*衣舞娘接近的话， 好独自一个人坐。对脱*衣舞娘来说，要接近顾客，而她接近一个顾客对她来说比接近一群让她感到更舒适。

7. 避开关于性的话题，也不要让她谈这种话题。

8. 避开“此时此地”。不要提到夜总会或你们所在的地方。你应该让她的想法和感觉和她脱*衣舞娘的工作分开来。你应该在传递你个性的同时展示超凡魅力男人的特质和特征。

9. 让她知道你是“脱*衣舞娘男朋友”的类型。很多男人无法掌控和脱*衣舞娘约会的现实，而脱*衣舞娘可以感觉到这一点。如果你传递或暗示你已经有过或你了解她的世界，那她就会放松下来并给你一次机会。

10. 综上所述 – 展示对她的世界的深刻理解。通过谈论她的生活，让她看到你是一个她的圈内人，而不是一个普通的顾客。你应该能够解释她真正做的是什么（接近男人并试着让男人们相信他们和她有戏）你也应该避开一些问一些常规的问题比如“你父母知道这个吗？”确保你表现出你厌倦了她的世界。
    我甚至可以说我比她更了解她的世界。

第四部分

技巧

第 15 章 进挪升高

本章内容：

- 进挪的一般原则
- 社交进挪
- 进挪升高

当你和一个女人经历了前面介绍的情感进阶模式中所有阶段后，你和她建立了一种浪漫关系，也许还有性关系。在你建立了和她情绪上的亲密关系后，你应该也建立了和她身体上的亲密关系。就像两列火车在两条平行的轨道上奔驰一样。
在奔驰过程中，一列火车可以领先另一列火车，但 终你需要两列火车都到达终点。

这就是为什么我在介绍情感进阶模式的章节中没有加入关于进挪的材料。情绪上的亲密关系和身体上的亲密关系确实是相互影响的，但是你应该沿着两个单独的轨道分别测量你的进展程度。例如：“我们处于筛选阶段，而且她对把这我的手臂感到舒适，但还不愿意坐在我的大腿上。”或者“我们处于舒适阶段，但我们还没有任何身体接触。”

进挪的一般原则

在你和她的互动关系中，你不想进挪发生的太迟。进挪升高应该是一个自然的逐渐升高的过程，而不是一个会造成巨大尴尬的突然升高的过程。

进挪也受制于各种不同的文化习惯。本章主要是基于北美，西欧，澳洲，东南亚，东亚，拉丁美洲的文化习惯。对于其他地区的文化习惯，进挪时请做相应修改。

进挪升高可以被大概分成两个阶段。

- 社交场合自然地进挪。在进行此类进挪时，你对你感兴趣的女人的行为举止和对其他人的行为举止不应该有任何不同，即使是你和她单独在一起时。你进挪的框架应该是与浪漫和性感相对的社交场合自然地进挪框架。

- 私下场合有意地进挪。你进行此类进挪的目的是为了加强或者引领你和她之间发展起来的情绪联系。私下场合的进挪升高建立了舒适和诱惑的气氛。

许多对这方面没有经验的男人开始时会发现进挪是一件困难的事情。这很自然。就像任何复杂的行为一样，一开始有如此多的东西要学，但是你一次只能关注有限的内容。我倾向于鼓励男人先熟悉情感进阶模式，然后再专注于改善你的进挪技巧。

你需要先排除你自己的不舒适感，而且在你制造的每一个进挪升高的阶段，你要尽力显得对此很自然舒适的样子。当你习惯了这些之后，进挪升高会变得越来越容易，会变成你和别人互动过程中自然的一部分。

一般说来，大部分时间要应用引导原则。通过在情绪舒适时进挪来传达给她这样的信息，你的进挪是自然的，令人快乐和舒适的。这会帮助她服从你的引导，同时感到舒适。

社交场合（自然地）进挪

社交场合进挪仅仅指在一个非浪漫环境下可以被接受的进挪方式。例如，你可以碰触某人的手臂和肩膀来强调某一点。你可以轻拍某人的上背部分来祝贺她。
不要碰其他的身体部位。

一些社交场合进挪的普遍原则：

- 越早开始进挪越好。如果在你已经和她互动 20 分钟后你才开始进挪她，这会令人感到尴尬，引起她的注意。如果可以的话，在开场阶段就开始进挪。

- 与团体中的每一个人进行身体接触。你想做一个喜欢社交的人，而不是一个猥亵的流氓。在你对你喜欢的女人进行身体接触时，不要表现的和对其他陌生人进行身体接触时有任何的不同。你也要记得与男人发生身体接触。研究表明，如果人们在谈话过程中偶尔有身体接触，人们会对谈话对象更有好感。

- 进挪方式应该与情感发展模式所处的阶段一致。如果你在筛选阶段，你可以通过进挪来表达你的认可（或者来释放你的认可）。在吸引阶段，一般说来你的进挪应该是高能量和有互动的，比如你和一个女人玩拇指大战游戏。

- 试探他。女人在言语上经常会发出一些令人困惑的信号，但是很少在身体进挪方面撒谎。例如，你让女人伸出手来（这样你就能给她看一些东西），通过她伸手的方式，你就能了解她对你的态度。如果她伸手时手掌朝上，这是一个她也许被你吸引的信号；如果她伸手时手掌朝下，她也许还没被你吸引。类似的，如果你与一个女人举手击掌，看看她是击掌后抓住你的手还是仅仅简单的击了一下掌。

- 创造社交场合进挪的机会。你可以私下和她握手。你可以教她看手相（有点创造性，逗她笑）。你可以在讲故事时的关键时刻进挪她。当你通过你所讲的故事获得一些舒适感后，你就可以计划一下，在讲到某一个点时通过进挪的方式来强调你所说的内容。你也可以设计一些故事或惯例让你能对她做一些社交场合自然地进挪。例如，我讲了一个关于某次我意外地调戏我大学室友妹妹的故事。在故事中，我提到我如何感到有只手碰到了我，同时说“就像这样”，然后把她的手放到我的手臂上。我没有停顿地继续讲故事，我也没有转移注意力到我的动作上去。当我讲故事的剩余部分时，我会顺便注意她何时会拿开她的手，她抓我手臂时是否用力了，等等。

- 当其他男人和你有接触时，不要没有回应。一个男人入侵其他男人的私人空间是一个你占据优势地位的信号。这会非常吸引女人。去年的一个研究表明，那些通过入侵其他男人的私人空间来展示自己优势地位的男人在获得与女人做眼神接触的几率方面是那些不这样做的男人的 4-5 倍。

私下场合（有意地）进挪

私下场合进挪更显亲密。这种进挪通常只有在你和一个女人单独相处，或者团体中其他人明显认同你和她之间的进挪升高举动同时她对此也不感到尴尬时（即建立一种旁若无人的舒适感时），才应该发生。

私下场合进挪的一些例子包括：

1. 她的手放在你的手臂上

2. 她的手放在你的腿上

3. 你们的手握在一起

4. 你的手臂环绕着她

5. 她坐在你的大腿上

私下场合进挪是“进挪升高”真正发生的时候。你想全面提升你和一个女人的肢体接触水平。引导这个过程的人只能是你。你决定何时开始进挪，何时进挪升高，何时释放。这个过程包含了从她的手舒适地放在你的手臂上一直到她舒适地坐在你的大腿上的整个阶段。但是你可以采取多种方式来实施这个过程。

例如，如果你握着她的手有一会了，并且你意识到她对此感到不舒适了即将推开你了，这时你 好做首先脱离身体接触的那个人。这会建立设立障碍的人是你而不是她的框架。这会有点不同寻常，但对大多数女人来说，会稍微令她们感到舒适。当你脱离身体接触的时候，要完全脱离。举个例子，牵着女人的手会让她感到舒适，接着抚摸她的头发不会让她感到舒适。如果你感到她反感你抚摸她的头发，你当然应该马上停止这么做来释放她的这个情绪。然而不要仅仅回到牵手状态。这样做会让她重新感到舒适，但是不会让她感到有进挪升高的渴望。完全脱离身体接触，或者至少回到低于她感到舒适的水平。现在她会感到损失了牵手的舒适感，然后她可能会重新建立身体接触，并升高身体接触的水平。

你应该尽可能多的建立身体接触，并让这看起来像是她在主导。你把她的手放在你的手臂上或者放在的你的腿上，比你把手放在她的手臂或腿上要好。首先，这样威胁性更小；她感到她控制着进挪升高的程度，因为她能在任何时候脱离接触。反之如果是你接触她，她可能会担心不得不对你打破她的舒适感的固执努力作出防卫姿态。其次，这样做更有效，因为她的心理认知会鼓励她表现的和她的行为一致。通常女人不会坐在一个她不喜欢的男人的腿上。

进挪的时候你要给她一种感觉，她能随时以任何方式碰你（毕竟身体接触感觉不错）并且不用担心你进挪升高的过快或程度过高。事实上对她来说，诱惑你能变成一种乐趣和一项有趣的挑战。显然，在你意识到女人即将推开你之前，你需要这样持续一段时间。

同时，你应该控制身体接触在一个给定的亲昵程度内，通过不断的进挪升高测试和逼近她的可接受边界，来管理进挪的程度。如果她愿意你牵她手，把她拉到你的大腿上坐。如果她愿意坐在你的大腿上，咬她的脖子。找出她的抗拒点在哪里，并定期重复测试看看你是否能通过这个抗拒点了。你经常会发现这样一个过程仅需几秒钟，记得进挪升高测试时，使用之前提到的技巧，你要成为首先脱离身体接触的人。

警告：你一开始这样做可能会感到尴尬。大多数男人不习惯来这样做——让一个女人坐在她腿上，然后过几秒钟后推开她，并开玩笑地说不要试图诱惑我。这对许多男人来说没有任何意义，但是这对女人很有效。

如果你不把注意力放在你进挪的行为上，这样进挪升高 有效。永远不要提到进挪的行为。事实上，如果正有什么事转移她的注意力时进挪升高会更容易。当你和她中的任何一个在打电话时，你应该把这看作是你开玩笑的进挪升高的好机会。当然在你或她挂断电话后，你可能不得不释放这个情绪，但是通过短时间的突破舒适区，你会提高在将来再次突破舒适区的机会。

使你的身体接触让人感到兴奋，这样她就会好奇更强烈的身体接触是什么感觉呢。进挪从来不应该是静态的。如果你手臂环绕着她，用你的手去碰触，摩擦，或者玩弄她的脖子或者肩膀。如果你牵着她的手，不要软弱扭捏的，让你的手指稍微超过她的手掌或者一直握到她的手背上。

第 16 章 约会

本章内容：

- 好的约会，坏的约会
- 好的约会安排清单
- 如何约会
- 亲吻和升级亲密关系
- 为约会买单

> 好的约会能够增进你和她之间的关系。这是约会的终目的。

好的约会，坏的约会
https://shadowrocket.dev/

好的约会能够增进你和她之间的关系。这是约会的 终目的。下列 10 个原则在大多数情况下是有用的，但是每次约会之前，你都要首先评估下你和她之间的关系所处的水平，想一下你该采取哪些行动来使你们的关系进阶。当你对上面两个问题都想清楚以后，考虑下以下 10 个关键的原则：

1. 计划。

永远不要问女人约会时她想去哪里，做什么，至少不要在你和她的前两次约会时不要问。计划和准备好所有的事情。如果有必要的话，准备个备选计划。（当我带一个女人去一个在特别时间开始的重大活动，如果她迟到了，或者某些意料之外的事情发生了，我总是有一个 B 计划。）对一个女人来说，被带领出去玩是非常有吸引力的。我有时候会在这方面更进一步，开玩笑的告诉女人说：我们去哪里玩不是她要关心的事哦，她只需要关心该穿什么鞋子出门就可以了。

2. 与众不同。

计划一些与众不同的活动，不要做那些想成为她男朋友的男人和她约会时再三做的事情。他们带她出去吃晚餐，去咖啡馆，见面然后找地方喝一杯，如果他们特别挫的话，他们甚至会邀请她去看电影。对大多数女人来说，这类约会会让她想起她过去所拒绝的男人们，她们不会对此感到新鲜更不会对此感兴趣。如果这就是你所能做的 好的约会计划，那么你看上去也不会是新鲜和有趣的。

3. 外部刺激。带她去那种谈话不会成为主要的娱乐来源的，有其他外部刺激的地方。这也是一起去吃晚餐，一起去饮品店或咖啡馆等约会安排有问题的另一个原因。如果你的谈话技巧不好的话或者你和她还完全不熟的话，这些约会安排会极大的考验你的谈话技巧。而且在这些约会地点，你们的话题必然大部分是关于那些抽象事物的，而不是关于当时当地的事物的。大多数情况下这没什么，但是在持续 2 小时的晚餐后，这会让人感到有点假，就好象在参加面试一样。如果约会地点有其他娱乐活动或外部刺激的话，开始一段好的谈话会变得更容易。考虑下去逛街或参加美酒品鉴会，而不是带她去吃晚餐或去饮品店。

4. 互动。

我不得不增加这个章节，以防止出现你对上一小节的建议执行过火的情况出现。看电影提供了足够多的娱乐内容和话题，但是却没有机会来交谈或者互相了解。在电影院里你可以展示什么个性呢？展示你知道应该在电影院里关掉手机？展示你如何吃爆米花？约会时要分享相互之间的体验，而不是体验那些多少有些各玩各的乐趣。

5. 令她兴奋。

带领她体验各种感觉和情绪。例如，在喜剧俱乐部，她会发笑，会惊讶，会被逗乐；玩飞碟时，她会跑的上气不接下气，会兴奋；在看画展时，她会对此着迷，会感觉被冒犯，会感受到视觉刺激。计划一些能带领她体验各种感觉和情绪的约会。

6. 你的地盘。

　　邀请她来参加你已经在进行的活动，或者邀请她来参加你非常了解的活动。你会自然而然的表现出有权威的形象。方案 A，她跟你到一个画廊参加你朋友的画展，而且你认识这家画廊的主人。方案 B，你跟她和她的朋友一起出去喝一杯。对你来说，那个方案更容易让你展示地位？那个方案会让她的注意力全部放在你的身上，而且不得不为赢得你的注意而努力？那个方案更可能让她有嫉妒的感觉？

7. 转场。

　　快速转场。自然有趣。如果你已经和她一起做了许多事情的话，即使每件事情都只持续了很短的一段时间，这会让她感到你们已经在一起很长时间了，而且你们更加了解彼此了。先逛街，然后简单吃了点东西，逛了逛书店，后一起去喜剧俱乐部，这样一个约会安排会让她感到你和她已经认识很长时间了，而不是刚刚有过一次约会而已。

8. 后勤。做好后勤工作，以便让她来你家成为一件很自然的事。例如，在你家附近约会。或者如果你和她已经有了一些身体接触，带她回家以便进挪升高。或者在你出门之前，让她来你家和你碰面，这样她的车就会停在你家门口，而且你知道之后某个时间你和她都需要回到这里。

9. 夜晚。

　　如果你的目标是发展一段性关系，你应该试着在夜晚和她见面，或者安排在傍晚约会。如果你已经和她有过性关系，或者你们的关系还只是刚刚进入舒适阶段，这样做很少会被拒绝。尽管事实上人类的 SC 意愿在中午更强，但是大多数人更习惯于在夜晚 SC。所以等到天色变黑的时候再考虑 SC 吧。

10. 你的状态。

　　在你状态 好的时候和她见面。如果你对周二下午和你老板一起开的周会感到有压力和厌烦的话，周二下班后不要安排任何活动。挑一个你感到自己健谈的，幽默的，状态好的时候和她约会，而不是你筋疲力尽，状态很差的时候。

好的约会安排清单

　　上述 10 个原则还不够让你开始一个好的约会吗？这里有一些好的约会安排清单，但是记住，不是所有这些例子都适合所有女人（例如体育运动，打靶）

好的约会	
购物	音乐会
公园玩飞碟	游乐场
喜剧俱乐部	野餐
跳舞课	打靶
美术馆	烹饪课
体育运动	放烟花
骑自行车郊游	庆祝节日
美酒品鉴	体育项目

如何约会

享受你当下正在做的任何事情。大多数情况下，你应该关注活动本身，而不是关注她。你甚至不必在约会中一直和她在一起。例如，如果你们在逛街，不要害怕独自在店里逛一会，如果她这样做的话，你也不要受这事影响。

如果约会时碰到你认识的人，和他们交谈，把他们介绍给你的约会对象。你越把你的约会对象当一回事，你越努力表现的话，你在你约会对象眼里的价值就会越低。

亲吻和升级亲密关系

在你约会的早期建立正确的框架是重要的。如果你已经亲吻过她了，那么一有机会就亲吻她，这样就能在她脑中建立你和她正在发展的是一段两性关系的框架。如果你们都不认为亲吻是一件多么大不了的一件事，这会在以后的约会中帮到你。你更愿意让女人考虑是否要脱掉她的衣服，而不是考虑是否要和你亲吻。

如果你还没有亲过她，早点找机会亲她，理由同上。

一直等到约会结束的时候再亲她是一种软弱的行为，这是她以前约会并拒绝过的男人的典型行为。当你想亲她的时候，让她知道你想亲她，而不是在约会快要结束的时候才让她知道你想亲她，就好象这是你 后的机会一样。

为约会买单

一些男人认为为女人花钱会显露渴求感，或者显得软弱。另一些男人认为他们需要为女人大把花钱以此来打动她。这两种观点都是愚蠢的。

关于金钱和约会，你只需要知道以下这些内容就可以了。

1.不要试图用钱来打动她

2.不要让由谁来买单这个问题引起尴尬这真的很简单，以下是基于心理学方面的解释。如果你和一个女人的第一次约会在一个高级的地方，比如 5 星级饭店，她可能会本能地感到这“太过了”。她会想知道你是否太孤单了，以至于如此明显的显示不被预选的信号，或者怀疑你正在全力以赴的追求她，怀疑你完全不知道如何来追求女人，怀疑你只知道用钱来追求女人。或者她会怀疑你有这样一种想法——在她身上花钱使你有权和她睡觉，并因此对你的行为感到紧张。

尴尬状况以一种令大多数男人费解的方式影响女人的情绪。因为你完全不知道她的想法——一些女人会愿意 AA，一些女人会愿意请你并对此毫不在意，另一些则总是要求男方买单——你 好假设你是那个买单的人，并按照这个想法来做。再额外教你一招，如果你做的正确的话，向她显示你能照顾好她，会让她认为你是一个有掌控力的男人，而不仅仅是一个提供服务的人。（如果不是全部女人的话，大多数女人会认为掌控一切的男人是性感的，认真做事的男人是性感的。）

再说一遍，我们不是在谈论什么超级贵的东西。如果你买了两张喜剧俱乐部的票，买了两杯饮料，理智的女人不会因此感到你对她有渴求。更重要的是你的态度。不要关注你花了多少钱，或者表现的花这点钱有多了不起一样。

如果你不是很有钱，那么就安排一些不需要话太多钱的约会。就这么简单。在上面提到的好的约会安排清单上有很多免费的活动。

如果她愿意请你，她可能仅仅是出于礼貌。按照惯例，你应该谢绝她的好意。如果她再次表示要请你，或者她说“这次我请你，下次你再请我”，那么就让她请你。否则的话，你就会违反第二个原则：不要让由谁来买单这个问题引起尴尬。但是要在得到你允许的情况下才让她买单，如果她在画廊里想请你喝一

杯，你可以告诉她，她可以在之后请你吃甜点。现在她默认会和你一起吃餐后甜点。这个策略用起来很有趣，你可以用它来制造额外的约会机会。你可以这样回应“这次我请你，下次你可以带我去你说过的那个酒吧”（或者说“还是我请你吧，我可不想这么容易就让你还掉我的人情。”）

第 **17** 章 讲故事

本章内容：

- 什么是讲故事
- 故事元素：放饵
- 故事元素：主干
- 故事元素：植入 DHV
- 故事元素：开放式线索
- 故事元素：让她投资的时机
- 故事元素：结尾
- 讲故事

什么是讲故事

讲故事是你军械库里的重要工具，尤其是在吸引和舒适阶段。

就像在第七章讨论的那样，吸引阶段主要是关于让一个女人发现你的优点。有 3 种方法做到这一点：让她自己发现；让她从第三方了解；由你亲自告诉她。

讲故事 适合第三种方法，因为这个方法允许你告诉一个女人几乎任何你想告诉她的关于你的事情。同样这个方法也给她提供了一个观察你个性的好机会——做一个好的讲故事的人，吸引一群人的注意显示了你的社交直觉和社交地位，也许还有幽默。这也向她展示你能感受情绪和表达情绪。

在舒适感阶段讲故事能帮助你与一个女人建立一个有意义的联系。讲故事能给她提供一个好机会来更好的了解你，同时讲故事也会鼓励她告诉你一些关于她的事情。你讲什么故事和你如何讲故事能让一个女人深刻了解你的个性。确保你讲的故事反映了你 好的一面，你的价值，你的身份。

在本章我会用到大量短小的例子。这些例子通常不会是完整的故事，或者会有夸大来使要点更清晰。不要去记忆和复述这些故事；它们大多数只是被编出来用来说明某一个具体的讲故事技巧的。

讲故事的结构可能有点复杂，但这些都不是必需的。当我讲故事的时候，我会关注以下 6 个元素。

- 放饵
- 故事主干
- 植入 DHV
- 给予她投资的机会
- 开放式线索
- 结论

放饵

一个好的诱饵会引出一个故事，并给出一些关于你要讲的故事的线索。它应该创造一些悬念，并吸引你的听众的注意力。在你可能与一大群注意力分散的人交流的吸引阶段，吸引注意力尤其重要。在舒适感阶段，很容易吸引注意力，因为你有更多机会和她独处。

一个诱饵可以是一句陈述或一个问题。举例如下：

1、 你去过巴黎吗？

2、　我刚刚度过 疯狂的一天

3、　你让我想起了。。。

理论上，诱饵应该与你要讲的故事有关。但是 好这个诱饵是有趣的，它不必与接下来的故事完全相关。这样的诱饵好过那些与故事完全相关但是不能吸引你的听众注意力的诱饵。

你可以使用有点类似开放式线索的诱饵。看看如下两个已经认识的人之间的对话。

他：你好吗？她：很好，你呢？

他：还行。有点累；今天下午我的飞机在跑道上停了两个小时。我不得不花一天时间去纽约。（诱饵）她：为什么？

他：开始讲关于花一天时间去纽约的故事。

故事主干

故事主干应该是自然的。一些人提倡字斟句酌的写你的故事。在我教学员们讲故事的时候，我没有发现一个组合接一个组合来练习你的故事来使故事更简炼的方法有决定性的帮助。想一个令人满意的主题和你想要努力创造的情绪感染力比逐字逐句的记忆故事要有用得多。但是两种方法都要在实践中检验一下，看看那个对你更管用。

对女人来说，讲故事是关于情绪的。去除没必要的逻辑的或者真实的细节。你只想把无情绪感染力的内容 小化，来使你的故事更有效。额外的细节必须有其特别的目的（植入 D HV）。

为了展示如何做到这一点，让我描述一下我 近的东海岸之旅，并在其中给出一个以上的情绪感染力要素。这里我们不关心诱饵或其他故事要素，我们只是努力用情绪来代替事实。

坏的故事：

上周我去费城出差，当我到了那里后，我去拜访了我在新泽西州的一个朋友。当我到哪之后，我们去特伦敦市的一家日式自助餐厅吃了寿司。我朋友总是很小气并喜欢便宜货。所以即使他想吃生鱼片，他却点了寿司，因为不限量寿司$25，而不限量生鱼片$30。我猜寿司更便宜是因为鱼是比较贵的原料。所以如果人们已经吃了米饭和海带的话，再吃一点点鱼就会饱了。但是

我朋友却在每次转到生鱼片的时候拿走生鱼片，同时把寿司放回转盘里。这样他就能吃到生鱼片同时省下$5。当他第一次怎么做的时候，他们让他停止怎么做，但是当他再次怎么做的时候，一个经理跳了出来向我们咆哮，我们不得不离开了那里。幸运的是，当我们出来的时候我朋友付了帐，并且我们决定不付小费。

好的故事：

我朋友只带我去吃自助寿司。寿司是我的最爱，所以我真的很高兴。但是我朋友真的很小气而且喜欢便宜货，即使这会让人很尴尬。他想吃生鱼片，但是这比自助寿司贵，因为吃寿司的话，在你吃到鱼之前你已经吃了足够多的米饭和海带，而且鱼要贵一点。所以我朋友在每次转到生鱼片的时候拿走生鱼片，同时把寿司放回转盘里。这给了我不好的预感。就像恐怖电影里一直出现的低沉音乐一样，因为不好的事情就要发生了。你知道这种感觉吗，你最好的朋友就要出丑了的时候你在旁边忐忑不安的心情。最终，不好的事情发生了，餐厅经理开始对我们咆哮。我很尴尬，但同时也在努力使自己不笑出声来。你有过这样的感觉吗？我知道我朋友和餐厅经理都是白痴，而且我不能说出来。最终我朋友付了帐，所以我是站在我朋友那一边的。

你也许更喜欢第一个故事。这反映了一些男人和女人交流上的不同，就像写作和口头交流的不同一样。第一个故事是有逻辑的和连贯的；第二个故事更情绪化。因此，第一个故事读起来不错，另一个故事听起来更好。

你更想成为讲第二个故事的人。它传达出更多（你的）情绪。两个故事都没有传达出我的个性或者创造一点和她的联系，但是第二个故事显示出你是个能使平凡的经历变得充满情趣的人。

植入 DHV

植入的意思是用一个表面上是关于某一个主题的故事去巧妙的告诉听众一些其他的信息。通常这些“其他的信息”是关于你的正面特性的，但是你不想直接告诉她你的这些正面特性，因为你不想让她认为你是在向她吹嘘自己或者竭力表现自己。

那么，你努力想向她传达的信息就不应该是故事的主要部分。看看下面这个例子：

我喜欢纽约，但我总是认为这个城市有点奇怪。我想我现在知道奇怪在什么地方了。是蘑菇。上周我去纽约做秀，然后我们一群人又去坐直升机观光。纽约真的是太美了，但是令人感到怪异的是那些屋顶的卫星天线。这看上去就像一片白色补丁的海洋，好像摩天大楼顶上长了蘑菇。所以我把这点指出来告诉他们

说，纽约有点奇怪，因为我们都生活在一片巨大的蘑菇丛林中，就像蓝精灵一样。

理论上，这个故事是关于卫星天线从空中看上去就像蘑菇一样。但是事实上，我们通过这种方式，在故事里植入了 DHV。

1、 讲故事的人是从别的地方去纽约做秀。这点暗示出他富有。事实上，在这里富有可以以这种方式大方展示。

2、 坐直升飞机观光对讲故事的人来说是很平常的一件事。对大多数女人来说，这暗示出你富有，可能还有地位。事实上，坐直升飞机观光不是那么贵或者不是一桩大买卖，它只是看上去是这个样子而已。去坐一次直升飞机，然后你也可以在故事里提到这件事了。

在吸引阶段创造出你自己的植入 DHV 的故事。开始时先想一下你生活中那些与能够普遍吸引女人的要素（第三章中讨论的 8 个要素）有关的事件和情景。然后想出大段能够在其中很自然的附带提及这些 DHV 的故事内容。这里的“大段内容”意思就是说故事内容的是关于一个比较大而抽象的主题的。就像上面那个例子一样，去外地做秀和坐直升飞机是 DHV，这些要素植入在“纽约”和“纽约让人感觉有点怪异”这个大的主题内容中。

事实上，有无数种方法来植入不同的 DHV。为了让你上手，这里有一些可以植入到故事中的 DHV 惯例句子。

1、 我带一些朋友去竹筏漂流了（健康）

2、 我说服我自己不要那么做（社交直觉）

3、 我和我的几个朋友一起去航海（健康，地位）

4、 我是我的那帮朋友中的头儿（地位）

如果你方法不对的话，植入 DHV 会起反作用。以下是我见过的 3 个 普遍的错误的植入 DHV 的方法。

1 植入 DHV 的地方不对，或者看上去像是强加进故事里的

我去法拉利 4S 店保养我的车子，这时我的电话响了，是我兄弟，于是我跟他说起了上周末我去纽约做秀时发生的故事

这个太明显了。法拉利 4S 店和这个故事一点关系也没有，只要说你有一辆法拉利车子就可以了。

2 故事没有 DHV 的话，就显得很乏味我喜欢纽约

上周我去那里做秀，然后我们一群人又去坐直升机观光。纽约真的是太美了，而且我发现我一点也不恐高。

3 DHV 反倒使故事失色不少

我喜欢纽约，但是我总是认为这个城市有什么奇怪的地方。我想我现在知道奇怪在什么地方了。是蘑菇。我和我朋友 Donald Trumpyiqi 一起出去玩，他带我坐直升飞机去查看我们将要建造的新赌场的位置。纽约真的是太美了。但是令人感到怪异的是屋顶的那些卫星天线。这看上去就像一片白色补丁的海洋，好像摩天大楼顶上长了蘑菇。所以我把这点指出来告诉他们说，纽约有点奇怪，因为我们都生活在一片巨大的蘑菇丛林中，就像蓝精灵一样。

在一个关于卫星天线看上去像蘑菇的故事里强加进了一个和 Donald Trumpyiqi 一起建赌场的细节。和 Donald Trumpyiqi 一起建赌场肯定比卫星天线看上去像什么要重要得多，所以如果要在关于卫星天线的故事里植入一个关于你建造赌场计划的附带细节肯定是不合理的。DHV 越大，被植入 DHV 的故事就要越大。

开放式线索

另外一个好的高级策略是留下些开放式线索给你的听众来发问，来促进进一步的交流或者提升故事的质量。例如，在蘑菇的故事里，"上周我去纽约做秀"是一个开放式线索。她也许会问我是做什么的，你在纽约做得是什么秀。如果你是一个表演艺术家，你就可以大方谈论这个，因为你是在回应她的问题。对大部分人来说，我们可能实际参与的秀只能是展销会。在这种情形下，把回答中和作秀相关的内容换成其他内容就可以了。也许你去看了你朋友的演出，或者去看了你喜欢的乐队演出。也许你公司派你出了一趟紧急的差，或者你谈成了一桩大买卖，或者见了几个投资商。利用一些和你有关的内容。

如果你无意中提及了一些你不想细说的细节，拒绝回答她的相关问题，通过说“我现在还不想谈论这个，关于这个你以后会了解的”来制造一些神秘气氛，然后立即开启一个新话题。如果你不知道接下来要说什么的话，开启一个新话题，但是要确保中间没有停顿，否则你的这种回应也许会让人感到尴尬。回答她问题时，明显略过一个可以轻易 DHV 一下的好机会这件事本身就是一个 DHV。

作为一个练习，看看下面这段独白中的开放式线索：

上周我去日本，哪个地方到处都有卖软饮料的自动售卖机，里面有 50 中风味的牛奶。甚至有草莓味的牛奶，尝起来就像牙医诊所里的味道。你也可以不投币，用手机打电话来选择你要的饮料。

在这里开放式线索是我去日本做什么？

开放式线索通常被用在开场白里来使你能转到过度阶段。

https:/shadowrocket.dev/

给予她投资的机会

如果她们积极的投入故事中的话，一个故事会有更强大的影响力，所以去创造一些可以让一个女人感到她对故事进行了投资的机会通常是会有帮助的。你这样做的时候应该小心一点，因为她可能会意外地使故事偏离方向，或者当她不能或不愿意对故事进行投资的时候，使她感到尴尬。前几个例子，我们用的是吸引阶段可以用到的故事例子，现在我们换一个舒适阶段可以用的故事例子。这个故事，或者说故事中的部分是真实的事情，是关于我小时候妈妈养的一只猫的故事。在舒适感阶段讲述童年时期的故事会产生很好的效果。这些故事会使你看上去像是容易受到伤害的，这给了你自嘲的好机会，而且它还建立了你们之间的共性，因为童年是你们都会经历的时期。你会注意到下面这个故事里没有放饵，稍后我们会放饵的。

猫的故事

我妈妈有一只又大又老的猫。它可能是唯一的一只生来就没有平衡感的猫。我认为在架子和屋顶上保持平衡的能力是猫的基本能力之一。但是我们是住在一个岛上的，所以这只猫也许是基因突变了。总之，当我还小的时候，我最早的记忆就是这只猫走在我的婴儿床栏杆上，然后突然失去平衡摔到我身上来。这让我非常害怕。这事也许只发生过一到两次，但是在我的记忆里，这事就像一直在发生一样。在幼儿园，我们都被要求画一样让我们害怕的东西。其他小朋友画的都是蛇或者怪兽之类的。这些从来没有吓到过我，甚至当我堂兄骗我说地板下有条蛇想让我害怕的时候，我都没有害怕过。我害怕的东西是我妈妈那只又大又老的猫。这就是为什么现在我有一个鱼缸的原因。
我确定海马不会在我睡觉的时候跳出鱼缸到我的身上来。

这个故事会更精彩，如果你加一个诱饵和一点情绪感染力的话。但是如果让一个女人积极投入到这个故事里去的话也会让这个故事感觉更精彩。让她投资的容易的方法是问她一些关于你故事提到的她也许会与之有联系的要素的问题。
例如

1、 你养过宠物吗？

2、 你喜欢猫吗？

3、 你小时候 怕什么？

大多数让她投资的方法就是问她问题。但是你不必总是用问问题的方法。下面这个故事范例中会有一个停顿，这个停顿会迫使听众来投资。我同时在故事中也加了个诱饵。这通常也是一个放饵的好方法。

我：你养过宠物吗？

她：是的，我养过两只狗，一条鲸鱼，一只骆驼。骆驼的名字是 Bob。[好吧，她也许不会怎么回答。当我编造一个对话范例的时候，有时候我让女人的回答显得荒谬是想表明她的回应与我接下来要说的完全没有关系。]

我：哦，真的吗？我妈妈有一只猫。而且它恨我。。。

她：[bla bla]

我：我妈妈的猫真的是又大又老。它可能是唯一的一只生来就没有平衡感的猫。我认为在架子和屋顶上保持平衡的能力是猫的基本能力之一。但是我们是住在一个岛上的，所以这只猫也许是基因突变了。总之，当我还小的时候，我最早的记忆就是这只猫走在我的婴儿床栏杆上，然后突然失去平衡摔到我身上来。这让我非常害怕。这事也许只发生过一到两次，但是在我的记忆里，这事就像一直在发生一样。在幼儿园，我们都被要求画一样让我们害怕的东西。你小时候最怕的东西是什么？[停顿看着她]

她：[bla bla——她的回答可能会很有趣，告诉我她的回答是什么。谈论这个可以建立舒适感。我可以就这个话题继续深入下去，或者只是让它变成一个关于她的开放式线索，然后在稍后再来谈论它。] 我：其他小朋友画的都是蛇或者怪兽之类的。这些从来没有吓到过我，甚至当我堂兄骗我说地板下有条蛇想让我害怕的时候，我都没有害怕过。我害怕的东西是我妈妈那只又大又老的猫。这就是为什么现在我有一个鱼缸的原因。我确定海马不会在我睡觉的时候跳出鱼缸到我的身上来。

这个版本的故事应该比前面那个版本的故事对女人更有影响力，因为她对这个故事有投资了。让她投资的方式对她来说应该不难，这点很重要。在听某人讲故事的过程中，突然插话讲一些有趣的事情会很难办到。但是每个人都知道自己是否养过宠物，或者小时候 害怕什么东西。

另外，你注意到开放式线索“我们住在一个小岛上”和“我有一个鱼缸”了吗。

一些可以诱使她投资的普遍原则如下：

1、 对听众来说，投资的方式应该尽可能的简单

2、 听众的投资应该确保和促使故事讲下去

3、 当你不想冒险让故事偏离方向的话，使用“概念性问题”

“概念性问题”是让她确认一些你假设的对她而言应该是属实的一些事实。例如，如果你讲一个关于你外甥的故事，你可能会这样开始“我 8 岁的外甥 Samuel 今天早上做了一件很有趣的事情。你喜欢小孩，是吧？”你等着她说“是”，然后继续把故事讲下去。

结尾

一个好的故事应该以一种让人感觉故事已经讲完的方式来结尾。结尾没必要是一句可以让每个人笑得在地上打滚幽默句子。但是结尾必须要看上去像是故事已经讲完的样子。你绝对不想让她在你故事讲完的沉默之后突然问你一句“那么接下来发生了什么呢?”以下是一些好的结尾例子（你可以想象一下有这种结尾的故事情节）：

1、 这就是我为什么从来不喝龙舌兰酒的原因。

2、 我确定他再也不会回来了

3、 这可能是小孩第一次不得不告诉他的父母他摔倒了。

4、 我确定海马不会在我睡觉的时候跳出鱼缸到我的身上来。如果你想不出应该如何结尾，你可以通过告诉她你从故事中学到了什么的方式来结尾。你不必真的就这样说“我从这个故事中学到。。。”，尽管如果你这样做的话也不坏。在舒适感阶段，这个结尾也许真的是一个教训。在吸引阶段，这个结尾可能更像是一句幽默台词。

讲故事

讲一个故事的时间可以任意长，从 30 秒钟到 30 分钟，在合适的环境中甚至可以更长。确保你的故事长度适合你所处的环境。在很吵得夜店里，没有人会在认识你后听你讲超过一到两分钟的故事，所以此时你的故事要简短。稍后，当你

处在舒适感阶段的时候，此时你也许已经和她坐在某个僻静的角落了，长一点的故事也许会更合适。学着根据环境的不同往你的故事里插入或移除一些素材。我的许多好故事都有“短版本”和"长版本"两个版本。

确保在你开始讲故事的时候你已经吸引了每个人的所有注意力。如果你还没有抓住团体的注意力，你可以大声提醒他们或者保持沉默直到他们注意到你。如果在你给他们讲故事的时候，你失去他们的注意力了，你只需要停下来看着他们直到他们的注意力重新回到你的故事上来。或者你可以开玩笑地说“嗨，节目在这里。”

我发现大多数男人犯的 大错误是他们没有让自己投入到自己的故事中去。为什么讲故事时要让自己投入到自己的故事中去的一个原因是，你的故事实际上是和你的个人经历联系起来的，你需要在讲故事的时候把你当时所有的个人经历调动出来。比如，如果你讲的是关于一个在你兄弟的屋子里举行的一个聚会的故事，你绝对有必要让你自己投入到当时的聚会情景中去。你应该能够看到，闻到，听到，尝到你在当时所能感受到的所有事物。

这些信息中的大多数是不必要的细节。你也许记得你的小姨子当时穿了一件红色长裙，而且她当时看上去不太舒服，但是这些信息与故事无关，不要把这个包括进去。但是你仍旧需要投入到故事当中去。 重要的是，这使你的心理情绪投入到当时的情景中去了。你会变得更有魅力、与你所讲的内容更加保持一致。这和演员不断的调用它们的个人经历来使他们更好的表达情感、引起观众的情绪反应一样，在这里你也可以这样做。另外，可以用背景信息来使你故事的其余部分变得更好一些。这就和一个作家创造大量关于他所创造角色的外传一样。外传里的内容从来没有的故事正文里出现过，但是它使角色更丰满，更有个性。

如果你对你所讲的内容没有兴趣，那么其他人就更不可能对你讲的内容感兴趣了。带领你的新朋友陪你经历你故事里的那段经历吧。个性化你的开场白，故事内容，还有你对其有真正的激情的东西。某人在谈论一个把他的身材塑造的就像他外甥那样好的模特训练课程时眼里充满了兴奋和热情，这样讲故事的效果比像电影导演走过场那样谈论他的职业生涯的的效果要好得多。在你的故事中有技巧的插入停顿。这会创造张力和预期。使用之前我们在本章中提到的故事元素，我在其中加了一些潜在的停顿。通常停顿可以加在你所描述的事实而不是情绪的地方。

1、　我知道我朋友和餐厅经理都是白痴，而且我不能说出来。[停顿]终我朋友付了帐，所以我是站在我朋友那一边的。

2、　我喜欢纽约，但我总是认为这个城市有点奇怪。我想我现在知道奇怪在什么地方了。 [停顿]是蘑菇。[停顿]上周我去纽约做秀。。。

3、 我妈妈有一只又大又老的猫。它可能是唯一的一只[停顿]生来就没有平衡感的猫。

第 18 章 非语言交流

本章内容：

- 非语言交流是什么
- 音调
- 身体语言

非语言交流是什么

许多学术研究强调非语言交流比语言交流更重要。一个常常被引用的数据是非语言交流的比重占交流内容的 93%。这通常与我们的经验是一致的。

非语言交流的内容已经被写到书本里了。个人认为，书本是语言媒介，作为教授非语言交流的载体有点奇怪。我是说，这里我会提到大多数重要的信息，但是不能真正改善你的音调，你需要去听（并且在与能听到你说话的人的交流过程中练习），同样也不能真正改善你的肢体语言，你需要去看（并且在与能看到你肢体动作的人的交流过程中练习）。一些关于这方面的资源在第 24 章被列了出来，包括影像资料和下载，需要进一步的指导，可以参加我们的私人讲习班。

关于本章技巧的一个好处是，这些技巧可以被很好的用在约会以外的地方。改善你的非语言交流可以在你社交生活和个人生活的许多方面帮到你。因此，练习和寻求关于你的非语言交流的反馈是很正常的。你的老板甚至会安排这方面的培训，你可以好好利用它。

用 简单的话来讲，非语言交流通常被认为是关于音调和肢体语言的。

音调

音调是关于你说话的方式，尤其是关于音量，语速和音调。

音量

大声点。在酒吧和夜店里大多数男人太安静了——没有热情的男人事实上从不大声说话。这是我们在讲习班中教的 普遍的建议。这在诸如夜店那样很吵的地方尤其重要。这方面没有什么花招可讲，只有大声说话这一招。一开始，你也许会因为这样做而“失声”。这真的是一件很棒的事。你的发声肌肉就像你身体其他部分的肌肉那样，在超负荷运用和恢复期后会变得更强壮。一个权威的，自信的嗓音是非常有力量的工具。相反，一个安静胆小的嗓音就像一个娘娘腔般的握手那样对女人完全没有吸引力。尤其是在互动的开始阶段。一个女人永远不会去很努力的听你说什么，或者要求你再说一遍。

不要让你的谈话被打断或者音量被盖过，尤其是不能被其他男人打断或盖过。

如果你的谈话被其他人打断，继续说下去直到你说完为止。

提示：一开始，你可能对用权威的，大声的嗓音说话感到不习惯。你感觉到你的嗓音有变化了不意味着你已经达到你要的效果了。通常，这仍旧不够。继续试，不要害怕走的过远，看看极限在哪里，只要音量仍旧上的去。语速

调整你的语速，许多男人说话太快了，尤其是在与一个女人第一次见面的时候。这说明你在紧张，好像你必须在人们从你身上转移注意力之前把话说完一样。要相信你是有趣的，你对你所说的话感兴趣，并且在人们听你讲话时你感到舒适放松。

许多男人没有意识到自己讲话太快。在你接下来的几次和女人的互动中，有意识的去降低你的语速，你会对这样做的效果感到惊讶。另外，降低你的语速，你会让其他人更容易听懂你的话，尤其是在很吵的环境中。

音调

音调低沉些，就像我在第 5 章开场白中提到的，你的声音应该是从你的胸腔里发出来，而不是从你的喉咙里发出来。去试一下，把手放在你的胸部上，胸部右边下面一点点，试着用两种不同的方式交谈：一种是你交谈时能从手上感觉到振动，另一种不能感觉到振动。有意识的去训练自己用能感觉到振动的说话方式说话。那是你的胸部发音，是你应该用来与女人交谈的发音方式。

要有音调变化

要有音调变化，让你的音调和节奏多样一些。用这个来表达情绪。如果没有变化的话。你的声音听起来就会很平淡，很难保持其他人的兴趣。再次重申，在音调变化方面表现的“过一点”。通常你一开始感到太过的程度才是需要达到的程度，甚至可能还不够。

身体语言

好的身体语言应该显得放松，平静，自信的。不好的身体语言则显得没有安全感，紧张，防御性的。

一般说来，如果所处的位置看上去不舒适的，就会显得地位较低。不论你是否是由于碰巧处于一个舒适的位置，这个位置才是正确的位置。地位高的男人不会愿意使自己处于一个尴尬或者不舒适的位置的。

我们推荐使用“锁定”原则的部分原因就是因为这个。

锁定

在一开始和女人互动的 30-60 秒时间内（在一些特殊情形下会更长一些，但是尽量在这个时间范围内），你应该就已经处于相对你所搭讪组合的某个舒适的，显示出主导地位的位置。如果组合成员主要是女人的话，你尤其应该这么做，对混合组合你也应该这么做。

普遍的锁定例子是，你靠在墙上或吧台上，并且组合是面对着你的。

锁定听起来难，做起来却不难。一旦你和一个组合交谈了几十秒钟时间后，你就可以从容的从旁边绕过去，或者温柔的移动你的交谈对象来使自己处于锁定位置，这样做的同时要像什么也没发生一样继续你们的谈话不要停。

如果组合附近碰巧没有合适的垂直面，你可以等时间长一点，等到你完全吸引了组合的兴趣以后，你可以慢慢移动同时向组合打手势示意她们跟着你，这样你就锁定他们了。

对于坐着的组合，锁定意味着和组合坐在一起。当你坐下的时候抛出你的假性时间限制。在你坐下来的开始几分钟，使用身体语言来暗示你即将离开。

锁定非常重要。如果你站在一个坐着的组合旁边或者面对一个靠墙站着的组合，这会显得你是一个局外人，你会失去你的价值。不管你说什么，你所处的位置都会暗示出你想要泡她们。不仅这个组合会注意到这一点，而且周围的人们也会注意到这一点。然后在随后你搭讪的组合面前，你会失去你的价值。

以下列出了关于应该有哪些身体语言，不应该有哪些身体语言的 重要的一些原则。但是他们的重要性不是全部都一样的。首先要关注的是头部动作和面部动作（尤其是眼神接触）还有肩部要向后靠。要同时关注到你身体 18 个不同地方的动作是困难的。尤其当你还在努力和人交谈的时候。所以一次只关注几个地方的动作，内化它们直到你不必再去刻意关注这几个动作，然后再去关注其他身体部位的动作。

身体姿态

- 不要像交谈对象倾斜。如果有必要的话倾斜你的头部，但不要整个倾斜过去，这样其他人就能听到你说话，或者你就能听到其他人说话。如果别人听

不清你说什么，你就讲话大声一点。如果你听不清别人说什么，要么继续说你的话（开场过度吸引阶段），要么移动到相对安静的地方（筛选及舒适阶段）。

- 不要无精打采的站在那，站直了。不要像雕像那样僵硬，你需要稍微放松一点点，但不要耸肩或驼背。

- 在社交礼仪允许的范围内，占据一定的空间，不要过分担心别人的私人空间。
  舒适地占据着越多空间的男人越是吸引女人。

头部和面部

- 眼神接触可能是身体语言中 重要的一部分。在你 50%的倾听时间里和在你 90%的说话时间里要保持眼神接触。如果你正在对一个组合说话，在组合的成员之间切换你的眼神接触；任何时间下，你应该和组合里的每个成员都有过眼神接触。至少在一开始，组合里的每个成员应该被给予大概相等的关注度。如果有什么区别的话，你对你感兴趣的女人应该稍微关注的少一点，而不是多一点。这能帮助你向她建立你的挑战性。

- 保持你的头是立着的。你的脖子应该一直是直的，除非有什么特别的原因而弯下来。这一点比较难以内化。自己要定期检查一下。当我在学着改善我的身体语言时，每次我接电话的时候，我都会随机检查一下我的脖子是否是直的。

- 放松你的面部肌肉，尤其是你的眼睛和嘴巴附近的肌肉。如果你想知道放松脸部肌肉的感觉是什么样的，去做一次脸部按摩。

- 微笑。微笑时露出你的牙齿。在镜子前练习你的微笑。你应该经常微笑。事实上微笑能使大脑释放出积极的成分，这能帮助你发展出一种自然的积极外向的态度。不要只是用嘴笑。眼睛同样重要，并且判断真笑和假笑 简单的办法就是看你的眼睛。

胸部和肩部

- 保持肩部放松，自然下垂，向后靠。这是另一个难以内化的地方，同样也可以用上面所述的随机抽查方法来纠正它。

- 当你的肩往后靠的时候，你的胸应该会往前来一点。不要把胸部挺得过起而使肩部不再处于自然靠后的位置上。

腿和脚

- 当你站立时，至少保持双脚与肩同宽。

- 当你坐着的时候，让你的双腿占据合理的空间。不要蜷缩双腿到椅子下面去，或者使双腿占据 小的空间。

- 当你走路的时候，步幅大一点（但不要太夸张），但要比平时走的慢一点。你的走路动作应该显示出你的自信和力量。

手臂和手

- 不要显得烦躁不安。这会暗示你紧张和没有安全感。如果你有点烦躁不安，远离也许会让你显得烦躁的东西（笔，指环，餐巾纸等等）。

- 不要把手插在口袋里

- 不要突然有一个大幅度的手势。

- 不要把手臂档在你和你的交谈对象之间（例如在你们之间端着一杯酒）。

- 如果你喜欢我，在你交谈时你的手部动作很自然的就会显示出这一点，考虑下把你的大拇指扣在的皮带上或者你的裤袋口上。

- 当你走路的时候，是你的两臂放松，自然的垂在身体的两侧。

https://shadowrocket.dev/

第 19 章 亲吻

本章内容：

- 亲吻的意义
- 性吸引
- 亲吻和性张力
- 重建性张力
- 不要把亲吻作为一个指标
- 亲吻邀请

亲吻的意义

亲吻是一件大事。这通常是你和一个女人开始一段暧昧关系的第一个关键点。

任何语言都可以被误解，或者理解为“打情骂俏”或者“戏弄”。在亲吻之前，不含性意味的身体接触可以被理解为“友好的”或者“爱打闹的”。然而，是否亲吻过通常是“朋友关系”和“两性关系”之间鲜明的分界线。一旦你和她亲吻过了，你的意图就很难被误解了，或者你们的关系就很难回头了。

一方面，这是一件好事，因为亲吻明显地提升了你们之间的关系。然而，当你亲吻的时候，你就会有驱散之前建立的你与她之间性张力的风险。

为了理解这个，我们需要先来了解一下性吸引是如何工作的。

性吸引

影响性吸引和性行为的因素有很多。幽默和教养是关键因素。外貌和身材特征对男人和女人都会产生影响，但是通常对男人的影响力要大一点。有兴趣和一个美女睡觉的男人会比有兴趣和一个帅哥睡觉的女人多的多，即使他们彼此之间完全不了解。诱惑也扮演了一个主要的角色。即使你不是特别被某人吸引，如果她通过触摸你的方式诱惑了你，你会更愿意和她睡觉。

大多数人本能的理解上述观点。关键问题是大多数男人忽视了性张力这个因素。

性张力是很重要的。它反映了一种被追逐的紧张感。也许你很乐意和一个自然出现在你床上的超级模特 SC，但如果她出现在你的客厅，和你调情，在你终得到她之前使你花好几小时想象和她 SC 的场景，你会更愿意和她 SC 的（性张力=性暗示+障碍）。这会建立一种期望，也许性张力对有些男人是重要的，但是对大多数女人来说，性张力是至关重要的。

可以用另一个比喻来说明一下。男人的性行为就像一个开关，主要是基于一个女人的外貌；而女人的性行为就像煮一壶水，它基于紧张感的积累，直到它达到煮沸点。这是事实，即使男人和女人花在诱惑上的时间是相同的。

亲吻和性张力

当你和你个女人开始打情骂俏和建立联系感，她通常会开始想象或者期望亲吻发生（性张力=性暗示+障碍）。她会想象和你亲吻会是什么感觉。她会想知道你是否是一个亲吻高手，等等。性张力和暧昧对她而言是有趣的和令人兴奋的。这保持了她的兴趣。一旦你亲吻了她，性张力和暧昧就会消失。

你是否曾经有过和某人在沉默的情形下相互被吸引的感觉。但是当你 终把到她的时候，这就像你们都做了“不该做的事情”一样，你们还能回到朋友关系，而不是开始一段两性关系吗？这是因为期望和张力消失了。亲吻之后，这种情形就会发生，尤其对女人而言。

为了避免这种情况发生，确保以下两点：

1.亲吻的感觉是美好的

2.你立即重建了性张力

如何成为一个亲吻高手已经超出了本书的范围。你可以在网上查找相关资料。

重建性张力

你可以用两种方式重建性张力：用更多身体进挪，或者更多亲吻。通常来讲，如果你们处在一个公共场合，或者你们处在一个不能让 SC 实际发生的地方，建立更多亲吻的期望或张力（性张力=性暗示+障碍）。如果你们在一个可以发生
SC 的地方，建立更多 SC 的期望或张力（性张力=性暗示+障碍）。

建立更多亲吻的张力：

A 首先结束亲吻（但不要太早）

B 开玩笑的说她是一个坏女孩，告诉她，到目前为止她只能得到这么多

C 创造肢体动作上的张力。碰触她的脸。当你们谈话的时候，使你的嘴唇靠近她的嘴唇，但不要让她亲到你。在她耳边小声说。。你想亲她

建立更多 SC 的张力

A 使亲吻阶段的时间长一点。除非你感觉到她已经“准备好了”，仅仅亲吻她一分钟，然后就升级到下一个动作会被认为“太快了”，并引发 ASD。在亲吻阶段至少花 15 分钟时间，然后她的身体会开始期望你下一步的动作。

B 亲吻，但是不仅仅只是亲吻，这样她就会期待你的下一步动作。用你的手指插入她的头发中（或者拉扯她的头发如果你知道怎么做的话）。亲吻她的脖子，等等。

C 用肢体动作戏弄她。把你的手放到她的大腿上，但是在你感到摸得太高之前拿开你的手。确保在她躲闪之前拿开你的手，确保你明显是在戏弄她，而不仅仅是
“尊重她可接受的肢体接触临界点”

不要把亲吻作为一个指标

不要混淆明确的吻和含蓄的吻

因为亲吻是第一个含蓄的对你和她彼此是否有意发展一段两性关系的测试。但是这不是说亲吻应该被用来测试或者确认她是否被你吸引。

你是否有这样的约会经历，当晚上她在她门口和你道别的时候，你靠上去想和她进行第一次亲吻。

这是一个明显的软弱表现。

这就像是对一个女人说“我对你感兴趣，现在我想弄清楚你是否也对我感兴趣。” 一个自信的男人习惯于让女人对他感兴趣，按照他的时间表亲吻她，而不是按照电视上那些男人的做法去亲吻她。如果亲她的时间和地点跟你的计划不符的话，不要亲她。

试着在她和你互动时的情绪高点首次亲她。或者在她做了什么你喜欢的事情后作为奖赏而亲她。

永远不要用亲吻来测试她是否有兴趣和你发展一段两性关系。利用本书的知识和反复利用这些知识培养出来的社交直觉，你可以发展出一种何时一个女人对你感兴趣的直觉。

亲吻惯例

就我个人而言，我只是让亲吻自然发生而已。当你有了和上千个女人的互动经验后，你自然就会知道何时是亲吻的好时机。但是如果你没有这方面的经验，这里有一些惯例来帮助你得到这方面的经验。

问题游戏亲吻惯例

这个惯例首先是由迷男作为通用的亲吻策略而发明出来的。然而，它也能被用在其他情景下。

我们要做的就是问她“你想亲我吗？”在这里使用正确的措辞很重要。不是说“我可以亲你吗？”或者“你打算亲我吗？”自然地措辞很重要。

她的可能回答可以被分成三类：

1.绿灯。这样的回应包括“是的”“也许”，或者靠上来亲吻你。

如果你得到任何类似的回应，亲吻她。如果她说“也许”，你就说“让我们来试试看”然后靠上去亲她。

2.黄灯。这样的回应包括“不要在这里”或者“我还不想亲你”

她确实想亲你，但不是在此时此地这样的情景下。不要讨论这件事。不要试图通过转场来消除她的反对意见，或者争辩说你们认识的时间已经足够长了。你只需要说“我理解”，然后让谈话继续转移到另一个话题上。你的亲吻她的好时机在之后还会再次出现的。

3.红灯。这样的回应永远就是“不”

她可能还没对你感兴趣。或者你吓到她了，这是她本能的反应。或者她对你感兴趣，但是不想让这是看上去太容易。或者她真正想说的是“不要在这里”或者“我还不想亲你”。如果你得到拒绝的回答，不要变得消极。而只是简单说一句“我不是说你可以亲我，只是看上去你想亲我而已”然后转移话题。你需要建立更多的吸引，更多的筛选，或者更多的舒适感。或者你需要同时建立更多的吸引、筛选、舒适感。

“我实在忍不住想要亲你了”惯例

这个惯例由 Style 发明，这个惯例尤其需要你在亲吻之前靠向她，闻她的脖子，然后说：

“你的味道闻起来真是太棒了。我实在忍不住想要亲你一下了”

如果她退缩，你也缩回来，或者说一些否定的话，（比如：你一紧张，就不好闻了），此时她还没准备好亲吻。在这种情形下，转变话题就行了，同时意识到你还需要做更多工作，类似上一个惯例中红灯反应所说的那样。如果她不退缩，甚至靠上来，或者主动碰你，说明她准备好和你亲吻了。

接吻演习惯例

这个惯例似乎是由 Future 和 Brad P 各自单独发明出来的。他们的版本稍微有点不同，所以我武断地用我的方式把这两个版本融合到一起去了。

对她说：“我不知道我们是否已经准备好接吻了，不过我想我们已经准备好进行一次接吻演习了。我想你不会犯规，利用这个机会来吻我的吧。你只需要坐在那，不要动，我们可以慢慢靠近，但我们不会真的接吻。”

然后使你的嘴唇非常靠近她的嘴唇（这里要特别提醒一下，总是要保持口气清新），但不要亲到她，或者让她认为你想借机亲她。让这样的张力保持几秒钟，然后拉回来。几分钟后，你可以说“我想我们已经准备好进行下一次接吻演习了”。再做一遍同样的事情。这次她可能会真的亲你。如果没有，过几分钟后，再试一次。

使用这种方法得到一个吻的次数从来不会超过 3 次。

https://shadowrocket.dev/

第 20 章 时尚和美容

本章内容：

- 打扮帅一点
- 传达出你的身份
- 整体要搭配起来
- 鞋子和靴子
- 裤子
- 衬衫
- 饰品
- 美容

打扮帅一点

想知道一些不需要费力的窍门吗？

通过一些合适的打扮和美容，大部分男人可以获得有吸引力的外表。

除非你特别不幸，你可以也应该获得一个不至于影响你和大多数女人约会的外表。这由你自己决定。

坏消息是拥有一个不错的外表通常不会对你有什么额外的帮助。通常不错的外表能起得作用仅仅就是防止由于你的外表而被女人拒绝的情况出现。女人确实会由于外表原因而拒绝男人，就像男人经常由于外表原因而拒绝女人一样。

不错的外表也能给你提供更多的接近邀请，能让你有更多的出错机会。所以你应该尽你所能的去改善你的外表。但是不要期望改变外表能改变你的生活。

另一个关于时尚和美容的坏消息是，只有一些‘普遍的’建议适用于所有男人。我现在就可以告诉你，没有一个可以让每个人变得　好的魔法公式。　大限度的改善你的外表，从那些能看出什么风格和搭配适合你，并且知道如何去打造这种风格和搭配的人那里获得关于你的个性化建议。这就是为什么时尚和美容咨询服务如此流行的原因。就这个话题，我要说的是，过于依赖于你的女性朋友的建议可能是个错误，除非她们知道她们在做什么。通常，女人倾向于建议男人穿的“漂亮”一点，就像芭比娃娃的男朋友 ken 一样，但是这与获得其他女人注意和好奇的方式正好相反。本章会先给你大量可以和不可以的提示来让你入门，过一段时间后，你可以也应该发展出一套你自己的时尚观念。阅读男性时尚杂志。当你外出的时候，观察那些成功男人是如何穿戴的。观察你感兴趣的那类女人所约会的男人是如何穿戴的。然后观察那些单身的男人是如何穿戴的。这个过程不仅会　大限度的改善你的外表，而且也能给你提供一些女人感兴趣的谈资。大多数女人都对时尚和观察他人感兴趣。

身为男人是幸运的。相对女人，男人更容易改善自己的外表。那些长得不好看的女人要找到和保持住一个令人满意的男人会更加不容易。

传达出你的身份个性

时尚和美容有两个目的。它不仅改变你的外表，它也树立了你的身份地位。

你可以做一个假想的实验。你正在访问一个你不熟悉的大城市。一天晚上，你独自出门然后发现你迷路了。你需要帮助。你来到一个十字路口看到 3 个不一样的人。

A、一个穿着合身外套，干净鞋子，挎着公文包，打着领带的男人。

B、一个穿着破烂的裤子，有金属鞋钉的大靴子，大手帕和皮夹克。

C、　一个穿着短裤，凉鞋，过分大的羊毛衫。

不要看下去，除非你把这三个人在你脑海里完全形象化，并决定你要找那个人问路。

当你想象出这三个人后，他们的穿着引导你对他们做了假设了吗？提醒你一下，我没有告诉你任何关于他们的其他信息——每次我都只是说“一个男人”。但是如果你和大多数人一样的话，你会根据他们的衣着推测出关于他们的其他信息。你甚至可能推测出他们的身体特性。一个男人老一点，另一个男人年轻一点？他们力气如何？他们人种不同？

让我们再深入一点。第一个男人不会吓到你，因为他明显属于一个守法的公司环境。你也许可以猜出来他做什么工作，他在那里工作，他业余时间做什么，等等。你也许会猜错，因为会有一两个人是例外，但大多数时候，你会猜中。这是因为你过去见到过如此打扮的人，你认识到一些如此打扮的人的共性。

第二个人可能吓到你了。如果他在一个黑暗小巷迎面走来的话，你会认为他是一个暴力分子。即使我们在现实生活中从来没见过任何暴力分子，我们也从电影电视中了解到这就是一个暴力分子的形象。第三个男人可能更加吓到你了。他也许疯了，或者精神不正常。通常的社会惯例告诉我们，不要穿的像他那样，所以这是一个不合社会惯例的人。逻辑上来说，如果足够热到穿凉鞋和短裤的话，不可能再穿羊毛衫的。

这个假想实验的目的是把你放到一个女人的脑海里去。记住，当你和她开始互动的时候，她对你了解很少，她 有用的关于你的信息来源是你的衣着。

A、她知道你的衣服不会无缘无故落到你的身上。你自己选择穿了这件衣服，她会利用这个信息来做出对你的估计。

B、她甚至在还没有真正注意到你之前，她就已经认为你“乏味”或者“性感”或者“富有创造力”

C、　她会假设你的行为和生活与她见过的和你有一样打扮的男人的行为和生活类似。

D、　她会依据老套的电影电视，假设你在模仿，或者试图模仿其中的角色。

所以，你的穿着打扮不仅提升了你外表，也传达出你的身份个性。总之，她会根据你的衣着对你做出判断。所以你 好让她做出你想要的那种判断。这也是为什么单一的时尚美容建议会伤害到你的另一个原因。记住上面的话，让我们来看一些适用于大部分男人的普遍原则。

整体要搭配起来

- 每一套打扮都要有一些助点（不特别吸引注意的地方）和一些亮点（吸引注意的地方）。例如，如果你的鞋子或夹克是亮点——我倾向于这样打扮——然后配一条普通的裤子或衬衫。根据你的整体形象，亮点会非常微妙和戏剧化。

- 有一个非常荒谬的观点，与所处场合不符的装扮是过时的。这不是批评“扮孔雀”的观点，只是批评它的具体做法。用个性的打扮来吸引注意，但是确保你的穿着合适并表达了你的个性。非常夸张的孔雀装扮会吸引大量关注，但是大部分只是表面的好奇和娱乐而已。

- 衣服要合身——如果你不想花 5-10 美元来改一下的话，你为什么要花 80 美元买一件对你来说不合身的衬衫上面呢？如果衣服不合身，把它改一下，这样它就变合身了。

- 说到衣服合身，女人 擅长的一件事就是帮你找出合身的衣服。关于穿社么风格的衣服，你不能听女人的意见，但是你可以让一个女人帮你判断衣服是否合身。如果你单独买衣服的话，问问其他女人你试穿的衣服是否合身。你可以用这个来搭讪，虽然这不是一个好的开场白，但是如果你的首要目的是买衣服的话，你遇到的任何女人都会帮到你。

- 如果你可以为在你所处场合穿西装找到理由的话，西装通常是有吸引力的。不要害怕穿西装和你朋友去夜店。除非你去潜水酒吧。无论如何，脱掉或者松开你的领结，解开你衬衫的第一粒纽扣。

- 不要太平凡。如果你穿的太普通的话，她会假设你就像其他普通人一样。

- 如果你肥胖的话，黑色衣服会让你显瘦。如果你矮的话，竖条纹会让你显高（横条纹会让你显矮）。如果你身材不错，用衣服秀一下，但不要太多，衣服太紧身的话，会让她以为你是同性恋。

- 不要冲突。不要在同一套打扮里穿两种不同风格的衣服。不要穿两件不同的条纹衣服。颜色太相近的话通常会不协调（比如黑色和藏蓝色，白色和奶白

色）。红色和绿色通常不能很好的搭配在一起，黑色和棕色也不能搭配在一起。

鞋子和靴子

- 鞋跟高一点——有许多非常时尚的鞋子或靴子品牌会给你额外的鞋跟高度。高那么几英寸总是会有帮助的。如果你低于 180cm，鞋跟高的鞋子会更有帮助。

- 鞋子要有创意。女人真的非常关注鞋子，这也是为什么保持鞋子干净那么重要的原因。大部分男人穿的鞋子都很普通，你可以选择穿和他们不一样的鞋子。

- 不要连续两天穿同一双鞋子。这不是关于时尚的建议，这只是为了让你的鞋子能穿久一点而已。

裤子

- 现在流行名牌牛仔裤，卡其裤次之。灯芯绒裤子也适合大部分男人，如果你不喜欢牛仔裤而又想显得休闲一点的话。

- 永远不要穿杂牌的乏味的棉布裤子。

- 牛仔裤是否合身非常重要。不同牌子和样式的裤子会以不同的方式来裁剪。确保你知道你在做什么，不要靠猜（一定要试穿）。有的牛仔裤之所以那么贵就是因为他们的裁剪做得好。

- 如果你想去公园或沙滩，你会想穿短裤，确保短裤宽松，并且裤脚接近膝盖。
  没有什么比穿紧身的短裤更容易让你出丑的了。

衬衫

- 总是把休闲衬衫下摆放在裤子的外面，不要把它塞到裤子里面去。

- 单独穿衬衫，不要在衬衫下面套一件 T 恤。只有在你会出很多汗的情况下才穿 T 恤。

- 短袖的，领尖有纽扣扣住的衬衫是乏味的，难看的。

- 衬衫会给你很多发挥的空间，你 好永远不要穿那种朴素的，领子和衣服紧贴在一起的衬衫，除非衬衫的颜色非常特别。不管你是因为什么该死的原因穿了件白色的衬衫，你也可以在衬衫上面加点层次，比如法式的双层袖口。

饰品

- 戴一些饰品——耳环，时髦的鞋子，指环，帽子，领结，项链，手表，任何东西。纯粹起装饰作用的东西是性感的。例如双排扣西装，袖子上的纽扣，孔雀尾巴。纯粹实用的东西不会有任何吸引力。但不要太过火——一到两样饰品通常就足够了。女人通常会问关于你的饰品的问题，所以如果你的饰品背后有故事的话那就更好了。女人通常会关注饰品，并且这也是一种简单的表达你有时尚品味的方式。

- 眼镜在有些男人身上是性感的，但不是所有男人。如果你不戴眼镜看上去更好的话，试着去做眼科手术。

- 除非你知道你在做什么，否则确保你的鞋子和你的腰带搭配起来（例如棕色鞋子搭棕色腰带，黑色鞋子搭黑色腰带）

- 戴一条特别的腰带，没必要很夸张，优雅一点的也可以。

美容

- 剃掉多余的毛发——如果你的眉毛连到一起去了，修一下，使它分开来。鼻毛和耳毛一点也不性感。如果你有连鬓胡子，确保它的边缘是清晰的，两边是一样长的。你的背部或者屁股上不应该出现毛发。同时也要注意你的其他正常毛发也要干净整洁。女人会喜欢你干净的修剪过的私处，而且可能会因此对你更热情。

- 另外，大多数女人不喜欢胡子，虽然这也不一定。如果你有胡子的话，保持胡子刮得干净整齐。我见过的大部分有胡子的男人应该把胡子剃掉，尽管有些男人的胡子确实挺好看。有些男人留有 3-5 天的胡茬会比较有吸引力，保持胡子整齐，不要让它长的太长了。

- 女人的喜好是非常宽泛和随机的。不要把单独某一个女人的建议太当回事。但是如果你问了 10 个女人，都说不喜欢你的胡子，那就剃掉它。

- 粉刺——首先，如果你还在长粉刺的话，去看皮肤科医生。其次，对于你的痘印，考虑皮肤激光手术（贵）或者化妆品（便宜）。让女性朋友帮你买点遮瑕膏或粉。你可以让你的痘印在晚上消失一段时间。对于粉刺不要找借口。除非你的皮肤情况特殊，粉刺的影响可以也应该被 小化。

- 把你的牙齿弄白——这很容易也很便宜。去看牙医。对于这方面也不要找借口。

- 一个好的发型会产生很大的不同。问问那些发型好看的人，他们的头发在哪里剪的。在理发方面花钱是绝对值得的。如果你钱不多，你可以只去做一次发型设计，然后每个月再去一些便宜点的，但是技术还可以的理发店，让他们帮你照原来的发型修剪一下。

只需要一些细微的改变就可以制造大大的不同。看看那些 PUA 的前后对比照片。你会发现一个时髦的发型，一个时髦的元素（一副不错的太阳眼睛），一件时髦的夹克的作用会有多么明显。

好吧，现在放松一下。你把上面提到的要点都做到了吗？你已经尽你所能做到 好了。女人们会注意到这一点。一个懂得打扮自己的长相一般的男人通常会比那些长相不错但是懒得打扮自己的男人对女人更有吸引力。不管你做了什么。记住，外表即非充分的也非必要的吸引大部分女人的条件。控制好你通过你的打扮所传达出来的信息，确保你的仪容处于 佳状态。

https://shadowrocket.dev/

第 21 章 僚机行动

僚机这个词来自于军事航空。飞行员飞于少校的外后方，也就是少校的翅膀处，而他就被称为僚机(Wing，僚机，也有一个意思是翅膀)。通俗的来说，李哦啊级就是一个帮助他的男性朋友把到妹的男人，帮着处理目标以外的障碍。

重要的事是和你的僚机一起合作，而不是和他对抗竞争。你的朋友不应该成为你的竞争对手。如果你和你的朋友相互争妹子，那么别人会这样认为你：

- 你没用太多的选择。如果你有，你就不会和你似乎不喜欢和尊重的或不似乎不喜欢或尊重你的人在一起。而这暴露你的出低社会地位。
- 你没有太多的朋友。理由同上，这也暴露出你的低社会地位。
- 你不太有女人缘。如果你有，何必为一个刚刚认识的妹子和朋友争来争去呢。
  这暗示了你没有被预选。

人们通过观察你的朋友还有你和他们的互动来评价你。

成功的男人通常把时间花在和其他成功的人在一起。如果你和 Brad Pitt 一起在餐馆，很多女人都会想要来认识你，虽然她们和 Brad 是没有机会了（毕竟 Brad 的老婆 Angelina 是一个非常难搞定的对手）。他们会对为什么这个人能成为 Brad Pitt 的朋友感到好奇。另一方面来说，如果你的朋友是一个穿着卡其裤，一件皱巴巴的衬衫的长得也一般的会计师，女人就不太会对你有什么兴趣。虽然你还是你，但通过对你、你的朋友、你的外表的观察推断，女人对你的看法变了。

你应该让你的朋友拥有价值，而不是甩掉他们。让他们像一个电影明星一样，并且他们是你的朋友—就像你经常和高价值的人一起。

当然了，告诉你做什么还不够，你还需要知道怎么做：

这里有一些特别的方法，可以让你和你的朋友看起来非常棒：

- 只有你们中的一个人可以先进入组合。你的朋友应该先等几分钟然后看看你在组合中是否需要他进入。一般来说，你会需要的，理由在上面已经讨论过来。当然，也有一些情境你不想要他进入。比如你你进入了一个 3 人组合，你将要把一个女人转场到一个更私密的地方（看第九章），这时候你的朋友加入会显得尴尬，也不必要。如果你经常和朋友一起出去，这种交流可以说是直觉上的。无论你的做什么，保持简单。你不需要复杂的密码段排列。如果我和一个新人出去，我会告诉他关键词“塔尼娅”，当想要加入组合的时候，如果你们中的一个提到了塔尼娅，就意味着对对方说“走开”
- 合适的介绍你的朋友，如果我和万恶一起出去。

我不会说：“嘿，这是我的朋友，万恶。”

我会告诉他人：“这是我的朋友，万恶。 他是一个出色的单口喜剧演员；你应该上星期去看看他在 Laugh Factory(一个地方)的表演。”

如果我和 Future（人名），我会讲他是一个明星编剧，演员还有他是前海军陆战队的。当朋友们不在旁边的时候给他们说好话比他们在的时候更有效果。所以试在你朋友进入你的组合之前，就谈论“你和谁一起在这里啊”这个话题。这样，当他们进入的时候，女人已经被他们所吸引了。这是属于让她了解的展示价值方法（不太可信的来源），可以看第三章。

- 给你的朋友优先权。如果你先进入了组合，你的朋友几分钟以后出现了，转向他。他自然比你刚刚谈了几分钟的任何女人要重要。相似的，如果一个女人后面开你朋友的玩笑，翻她白眼。当你的僚机取笑她的时候，大笑还有点头。

- 相互交谈。如果我朋友和我遇到了两个女人，我们仍然把大量时间放在相互交谈上，甚至是女人在周围的时候。这暗示着你有一个坚实的社交圈（地位）还有你的注意力没有完全被女人所吸引过去（你是一个挑战）。你甚至可以谈论你和你朋友一起遇到的一些女人—这是一个取笑她们还有转场的好机会。就转场来说，我会这样说：

  “我饿了，我们去吃些寿司吧。”

  如果我的僚机和我有默契的，他会同意的。然后我们中的一个转过去对女人说：

  “嘿，你们也一起来吧。我们打算去我朋友的饭店；有日本米酒哦，你们应该来尝尝”

  这时，要预想她们会跟来，拉起她们的手，然后出发。

- 支援你的朋友。如果我和我的朋友一起出去，对我来说一切进展和好，但是他不再状态，我会帮助他。我会经常对“我的”妹子说：“我很喜欢留下来继续交谈。我真的对你感到很好奇。但是你的朋友对我的朋友似乎有点怪怪的，我必须要我的朋友感到无聊。”

  经常来说，“我的”妹子会用手肘推推她的朋友/“他的”妹子或者告诉她让她对我的朋友好点。接着

- 在身体上保持同步。妹子们不希望被她们的朋友认为她们很随便（ASD）。但是随便是相对的，不是客观的，有标准的。如果两个妹子遇到了两个男人，其中第一个和男人睡觉的就是随便的那个，无论是 3 个小时还是 3 天还是 3 个月。所以，如果你和你的朋友遇到了两个妹子然后把她们带回家，把她们分开，这样她们就看不到彼此了。然后升级。制造噪音这样的话另外一对就不知道你们身体上亲密了。然后你朋友的妹子在你朋友身体上升级就不会感到自己很随便。然后他们升级的时候也要制造噪音，这样你的妹子就会感到安心，不觉得自己太随便了。

- 遵守“规则”。谁第一个进入组合拥有选择妹子的权力，没有例外。有时你需要和你不太感兴趣的妹子谈一个小时来帮助你的朋友成功把到他想要的妹子。他也会为你做同样的事情。这里有一个非常有趣的关注这个主题的啤酒广告（需要翻墙哦，你可以点这个：http://www.youtube.com/watch?v=NItiO8PFBu8）然而，无论你多么喜欢你朋友在交谈的那个妹子，你不能和你的朋友争。相信我，一旦你擅长把*妹以后，你就会知道美女到处都是。

打不开 youtube 的话，把小火箭给用上：https://shadowrocket.dev/

第 22 章 电话游戏

本章内容：

- 电话游戏的目的
- 如何得到她的电话号码
- 做计划：男人对女人
- 电话游戏：开始说什么
- 语音留言
- 电话游戏：中间说什么
- 电话游戏：结尾说什么
- 如果她不回你电话怎么办？
- 放鸽子

Solievil [依华]注：

短信电话游戏方面的著作，推荐 LoveSystems 公司出品的《The Ultimate Guide to Test and Phone Game》

这本书写得非常地好！至今没有作品能望其项背。

大部分电话游戏发生在舒适阶段。然而，你要认识到建立舒适感只是电话游戏的一部分，电话游戏 主要的目的和挑战是安排一次你俩再次单独见面的机会。

另外，电话交流的性质是不一样的。你看不到对方的肢体动作。你可以准备的更好一些。事实上你们都没必要一定要接电话。大多数人都有来电显示。电话交流可能只是说了很短的几句话。等等。我们会在本章分析这些因素的影响。

电话游戏的目的

作为一开始的概述，你的电话游戏的首要目的是约她出来见面。你的次要目的是借打电话的机会建立舒适感。当然，同等时间里，当面比电话里更容易建立舒适感。然而，直到你能再次见到她，电话是你推动关系向前发展的 好工具。

电话之前预先打好草稿，写下一些要点。为什么不呢？她又看不到你在做什么。计划好你要说的头几件事，计划好几个你可以另起话头的事情，如果你跑题的话。电话里尴尬的沉默会比当面在一起时更加致命，因为电话交谈——或者说电话联系——可以在尴尬的几秒钟之后就中断，当她说：“好吧，我现在要走了”。

如何得到她的电话号码

这实际上是一个错误的问题。正确的问题的应该是：为什么你应该得到她的号码？这是因为你能通过它和她继续约会。电话号码本身没有价值。甚至约会本身也没有价值。基于在不同时间和她再次见面的情感进阶模式——约会的本质——没有任何意义，还不如在当时当地持续进阶你俩的关系。

从某种程度上说，尝试通过约会再次见面就是承认失败，即使大多数时候，这种“失败”不可避免。试着在之后的某个时间和她再次约会就是在说：我现在还不想尝试使关系进阶。我想在之后继续。 好的结果就是，到目前为止我还做的不错， 坏的结果就是，我不想就这么结束了，而且我失去了和她的联系。

一个约会机会不会让你得到任何更多的东西。一个约会机会所能做到的仅仅就是提供一个机会让你能使关系进阶，如果你和她见面的时候没有做好准备的话。
当然，大多数时候，你和她第一次见面的时候，你都没做好准备。如果你在午饭后的午休时光遇见一个女人，而你此时不得不回去工作，你需要和她约个时间再次见面。如果她正在和她的闺蜜逛街，而且她不想离开她们，你需要和她约个时间再次见面。如果你们俩在一个俱乐部活动上一起离开会显得尴尬的话，你需要和她约个时间再次见面。

但是记住——一个电话号码不等于是一个约会机会。一个电话号码是一个约会的机会，但也有可能她会放你鸽子。

这里有一个发生在 近的一次训练营的真实的故事：我们带了几个学员去一个好莱坞的酒吧，其中一个家伙和一个叫苏珊娜的非常漂亮的亚裔女孩聊得很投机，苏珊娜的朋友们很乐意看到她和我的这个学员聊天，因为他已经在吸引和舒适阶段赢得了他们的肯定。当时时间已经快到午夜了。时间上一点压力也没有。但是当我的这个学员”说完所有可以说的话“之后，他拿到了她的号码，然后回到我们中间来了。

这是一个错误的决定。暂且不说你不应该说完所有可以说的话，电话号码的作用仅仅就是帮助你和她有机会再次花时间在一起共度美好时光。然而当时他们已经在一起共度美好时光了，而且没有任何其他明显的障碍阻止他们的关系进阶。

我的这个学生不是懒惰。他的动机是可以理解的。从心理上来说，他想”锁定“到目前为止他所得到的”成果“：她很乐意告诉他她的号码。但是那是新手常犯的错误。

当然，我们没有让他离开苏珊娜。我们命令他回到她身边去，去进阶他们的关系，直到她拒绝为止。过了 1 小时后，他们一起离开去吃披萨了，然后一起回家了。在这里不需要再次约会，不需要电话号码。当然，事情不会总是这么顺利。但是如果你不去尝试的话，事情永远不会这么顺利。

我的这个学员和苏珊娜在一起的时候犯了很多错误。我们看到了他的整个过程，并且在第二天把这些错误都检查了一遍。然而，由于他不仅仅满足于得到一个电话号码，并且冒着失败的风险做的更多，由于他做了足够多的正确的事情，他 终得到了那个女孩。

女人和"放鸽子”

为什么你会被放鸽子？让我们举一个典型的，有吸引力的，社交场合下女人的例子吧。

她和她的朋友一起去一个饭店。当她在大堂等待的时候，一个有吸引力的男人和她搭讪。 3 到 5 分钟之后（根据得到 IOI 所需要的时间长短而定）。他问她要了电话号码，这样他们就有机会“一起出来见个面了”。这个时候，她的确是愿意和这个男人有机会“一起出去逛逛”的。

但是这事情在当天没有实际发生。。

有机会一起出来见个面不等于在星期四晚上一起出去。为了有机会再次见到她，你所必须做的事情就是更有趣一些，而不是什么也不做。她可以同意和你再次见面。如果她没有其它事情可做的话，她也许真的会和你再次见面。然而，大多数有吸引力的女人很少会有“没有其他事情可做的情况”发生。

因此，为了在某个特定的时间再次见到她，你需要比她所能做的任何其他事情更有趣，例如和她的朋友在一起，她的爱好，她的工作，其他约会，在家休息等等。要在短短的 3-5 分钟时间内做到这点真的很难。尤其是在她能认识大量其他男人的晚上的时间段内。你认为你是当晚唯一一个注意到她的男人吗？她喜欢被关注，喜欢和人打情骂俏，但是她没有时间在一周时间内安排 9 次约会。

记住这些事实：对大多数女人来说，和一个陌生人约会是令人担心的。首先，这会有安全问题，如果她和你在一起感觉不舒适。她可能感到有遭约会强暴的风险，甚至更糟。另一个较易被忽略的问题是大多数女人非常害怕处于社交尴尬的状态中。拿酒吧或聚会中的女人来说吧。她们很少独自出来和陌生男人做社交互动，她们都和朋友一起出来。她（大概）知道她不能带上她的朋友一起出来和你约会。因此她就更不愿意出来了。

女人会更愿意寻找一个不和你一起出去的理由

对一个男人来说，和一个女人在一起也许会令你感到不开心这件事没什么大不了。也许你在意，也许你不在意。不管怎样，你永远不会知道如果你们不见面

会怎样，可能发生的 糟糕的情况是，你们草草结束约会然后各自回家。男人不会担心这样的情况是否是一个社交尴尬。但是许多女人会有这样的担心，我们需要考虑到这一点。

女人比男人更倾向于去分析社交状态的原因。当你仅仅和她只有几分钟的见面时间，她可能会想知道为什么你会在之后打电话给她，你对她几乎一点也不了解（毕竟，你只是花时间去吸引她，而不是去了解她）。你是否非常饥渴？或者你是否是一个玩家？

现在应该清楚了，只做了一些基础吸引的快速互动交往然后说“我们应该找机会一起出去逛逛”几乎不会让一个特别有吸引力的女人和你再次见面。她怕不安全，她怕会有社交尴尬，并且你算是她的什么人呢？

如何真正得到她的电话号码？

为了有机会再次见到她，你需要在第一次互动的过程中建立一些舒适感。这意味着你需要先有开场白，过度，吸引并筛选她。我不管你是否只有 10 分钟。你必须尽快地完成这个过程。

这里有一些关于得到她的号码方面的应对“被放鸽子”的策略

A、　有一些特别的计划。她应该计划在周六和你一起去采购你侄女的生日礼物，而不是“找机会一起出去逛逛”。

B、　诱使她作出约会的建议。让她追逐你。给点小小的暗示，“我打算去做 X” 或者“我喜欢去做 Y”，看看她是否尝试去参与到你的计划中来，或者说一些类似“这听起来挺有趣的，我也想去做一些类似的事情”。

C、　不要在互动的 后时刻约时间见面，或者交换电话号码。这让人感觉像是一个搭讪。在这么做之后至少要再有 5 分钟的互动时间。

D、　得到她朋友的认同。当她回去以后，她的朋友应该对你俩会再次见面这件事情感到很兴奋，而不是想知道那个猥亵的家伙是谁。对一个女人来说，她朋友对她约会对象的认同是很重要的，同辈团体的认同对女人来说比对我们来说要重要得多。

E、　把焦点放在约时间见面上面，而不是得到电话号码。得到电话号码应该是之后再做的事。而且得到电话号码不总是必须要做的事，尽管如果你没有要她的电话号码可能会冒险让她认为你对你的约会计划不是认真的。

F、　设定回叫幽默。如果在你和她互动期间你开玩笑给她取了个外号，然后在之后你打电话给她的时候，叫她的外号，这通常会引发她在上次互动时的情绪状态。她会回到之前那个在外面玩，心情愉快，认识男人的情绪状态中去，而不是她在接电话时所处的平凡的情绪状态中。

G、　确保你的号码在她的通讯录里。如果他们不知道是谁打来的话，大多数人不会接电话。不管她对你的影响是好是坏，她会知道这是你的号码。通过让她给你的号码名称编一个类似“我的英雄”或者“T 先生”或者任何其他有趣的外号来设立更多的回叫幽默。

H、　如果她喝醉了，把这点指出来。取笑她会不会因为喝醉了而忘记所有的事情。或者闹着玩的假装你们已经在一起玩的很开心了，但是说她会因为喝醉了而让这一切毁掉，搞得你下次给她打电话会感到很怪异。诱使她说服你她并没有喝醉，她是真的喜欢你，她等不及想要接到你的电话了。她这样说了以后，她放你鸽子的几率会大大降低。警告，不要这么做，除非她真的已经喝醉了，如果她只是和了几杯而已的话，你这样做会惹恼她。

I、　如果她对你非常感兴趣，确切的告诉她你会何时给她打电话。得到她会接电话的承诺，但不要使这件事显得太严肃。

做计划：男人对女人

你的电话游戏的首要目的是约她出来见面，这不是意味着你应该把打电话的框架设定成“我正设法做计划”的框架。你这样做会显得饥渴，是低价值男的典型特征。

男人和女人对电话的看法是不同的。男人把电话看作一个能够让我们安排我们的生活，安排和朋友们见面的工具。换句话说，我们打电话的目的是为了把事情办成。女人把电话看作是沟通乐趣的来源。你认得类似下面这样的对话吗？男 A：嗨，男 B 男 B：嗨，男 A。有什么事吗？男 A：在栗子街上新开了一家西班牙饭店。你想去看看吗？男 B：当然，明天如何？男 A：不行，我这周忙死了。下周一如何？男 B：好的，8 点怎么样？男 A：可以。我会预订 8 点的座位。

男 B：到时见！

对大多数男人来说，这样的对话很正常。我们所有的对话不全是这样的，但是当我们的目的是去见某一个人时，对话的方式也许就会是这个样子。这也许与你敲定约会计划的方式没什么不同。

这不是大多数女人互相之间交谈的方式，或者说这不是女人们想和男人交谈的方式

首先，大多数女人讨厌做超过一天或两天以上的计划。尤其是对年轻女人来说，她们大都不想事先给自己安排一个特别具体的计划。如果有什么更好玩的事情发生怎么办？如果她到时不想按计划行事怎么办？她应该怎样去记住她计划在几天后要做的事情呢？（如果你陷入到这些问题当中去了，这明显表明，你对约会的重视程度比她要大得多。如果她 喜欢的乐队正在演出，她会记得这件事。）如果你和一个几乎不会对她的生活做长期计划的女人做了一个长期的计划。你就像是在请求她对你说“到时再打电话给我确认吧”，就好象你们的约会是 20 世纪 80 年代的航班预订一样。

“到时再打电话给我确认吧”对女人来说是一个很棒的策略，我不得不佩服这个策略。现在她用这个计划锁定你了，如果她想要这个计划的话。她有了一个约会选项。现在她可以事先决定和你约会是否是她那一天想要做的事，或者她有其它事情要做，而且她知道你会为她预留这个约会时间段的。对她而言，这比事先确认计划然后取消计划要好得多，因为她知道大多数男人不能忍受不停的被放鸽子。但是男人们通常会忍受一些计划“落空”的情况发生。尤其是他们在没有得到事先确认的情况下。

好了，关于不要做什么说的已经够多了。下面是一些关于如何做的建议。

电话游戏：开始说什么

在和她第一次见面后不久就打她电话或者发短信。在当天就联系她，如果你愿意的话，或者在第二天联系她。

在第一次电话联系中，你可能不得不多说一点，至少在刚开始的一两分钟时间里。告诉她发生的一些有趣的事情，或者问她一个问题。不管你做什么，你必

须抓住她的注意力。你和一个女人的第一次电话联系永远不应该像下面这个样子：

她：喂？你：喂，是朱莉吗？她：我是朱莉。

你：你好，我是戴夫。我们昨天在巴伯亚见过面。

她：哦，是的，你好你：你今天

过得怎么样啊？她：还好，你

呢？你：我也是。

你刚刚浪费了 8 句对话—— 重要的 8 句对话——它驱散了你和她第一次互动时可能建立的任何情感动量。在你需要提升能量水平的时候，你却使能量水平下降。

为什么会这样？考虑下她的情绪状态。当你遇见她的时候，她在外面玩，她可能处于社交状态，她可能心情不错。在那样的情绪状态下，她可能对你有足够兴趣并给了你她的号码。现在，当你再次打她电话的时候，你是按照你的时间表来打她电话的，但不一定是她的时间表。此时她可能不处于社交状态，不开心，对和陌生人见面不感兴趣。她可能正感到心情烦躁，或者疲惫，或者压力很大。你需要快速的让她回到她和你见面时的情绪状态中来，同时让她忘掉她当时所处的情绪状态（而不是问她过的如何这样的让她强化感知她当时所处情绪状态的问题）。

这也是为什么我们要使用回叫幽默，并在电话交谈的开头几句话多说一点以控制对话的原因。这使得我们能更好的让她处于容易接纳他人的情绪状态。以下是相比坏的电话交谈而言的好的电话交谈例子：她：喂？

你：嗨，疯狂的红头发保镖（或者任何相关的回叫幽默）。。刚刚发生一件最疯狂的事情，我刚刚从健身房回来的时候，我遇见了一个看起来和你一样的人。

她：哦，真的吗？

你：真的，你有双胞胎姐妹吗？我是说，我只可以接受这世上有一个你这样的人，一颗行星上有两个你这样的人就太多了。我会联系美国航空航天局发射一枚火箭来送你回你的月球老家或其他什么星球上去。（玩笑的口吻）

> 注意：这里你没有问她正在做什么，或者过得如何？这些问题很容易给她一个她为什么不能和你电话聊天的藉口。

语音留言

如果她没有及时接你电话，并 终转到语音留言信箱，或者她知道是你打电话给她，并且她在当时不想接你电话。你确信你的名字在她的电话簿里，是吧？好吧，给她留言！一条让她回你电话的留言。以下是一些能让她回电话的语音留言例子。

1. 我不知道你是否认识我朋友凯利（女子名）

2. 我朋友说你连你自己的电话都不接

3. 老天啊，你肯定不知道刚刚发生了什么

显然，要说一些真实的，你能与之保持一致的事情。

顺便说一句，如果你的电话直接被转到语音留言信箱了（完全没听到嘟嘟声），挂掉电话。如果你没有听到嘟嘟声，你的名字就不会显示在她的未接号码中。如果你听到嘟嘟声了，给她留言。

如果你不喜欢你录的留言，按一下*或#键。通常这能让你删掉你的语音留言，然后重新录一条。不要指望语音留言，并且不要做我曾经做过的傻事，我有次在语音留言的结尾处说“哦，这听起来太傻了，我要再来一遍”，然后我按错键了，这条语音留言被自动保存了。她没有再回电话。要吸取我的教训。

电话游戏：中间说什么

一般而言，你和她 初的互动越扎实，你通过电话约她出来再次见面就会越容易。无论如何，在第一次打电话的时候试着不要提到出来见面的事。只是让这个电话成为你们各自生活中很自然的一部分，并在电话中建立舒适感。

当你有了足够的直觉和实践后，你就会判断出什么时候她准备好出来和你见面了。
只要你在电话中做好建立舒适感的工作，约她出来的机会迟早都会出现的。事实上，一个女人通常会暗示你她想出来和你见面，尤其是在你谈论你日常生活中有趣的活动和朋友的时候。

如果你确实想提议出来见面，在电话交谈的头 5 分钟内不要怎么做。

你肯定不想让她对你的计划说不。如果你想知道她会不会对你说不，她说她正忙着呢意思就是对你说“不”。即使她真的很忙，她对你说“不”这个事实也会影响到她对你们关系的看法。这也会消耗你的情感动量。如果在她对你说不的时候，你仍旧努力约她出来的话，你会使自己变成她的卫星。举个例子，比如你给一个女人发短信说“大家好，今晚在蓝色之家有个大型聚会，在门上有我的名字。”你被拒绝的话就不会有什么损失。这条短信看上去就像是一个群发短信，技术上来说不算是一个约会邀请。不管她来不来，你还能通过这条短信来提升你的价值，因为这条短信暗示你的生活很有趣，不管她是不是和你在一起，你都感到快乐。

进一步的建议是，“正式的约会邀请”不应该有一个开放式结尾（比如改天再约）。让我们假设，现在是星期天，并且你想在下周的某个时候和这个女人见面。你不应该这样打电话给她说：“我想约你出来见面。你明天有空吗？没有？那么星期二呢？好吧，星期三怎么样？那么星期四你有空吗？星期五？好吧，下周日我会再打给你，看看到时你有没有空？”如果你这样做的话，你会显得你的生活很无聊无事可做，或者至少说在你的生活中没有比和她约会更重要的事情了。

女人的确希望和一个男人分享她的生活。当她生活中有更有趣的事情要做的时候，她为什么要和你分享她的生活呢？

自然，随性是你的朋友。如果你在周末下午 5 点给一个女人打电话，随便聊上几分钟，然后“无意中”问到她今天打算做什么，这里你会得到两种回答。一种回答可以被看作是一个约会邀请，另一种回答则使这个电话变成一个纯粹的闲聊。

如果她的回答是她要到她的堂姐家去照顾她堂姐的小孩，那么你就告诉她你今晚打算做什么。试着让你今晚看上去同样也是很忙的样子，也不能出来和她约会。没有约会计划 =没有计划被拒绝。要是她说“没什么打算”，那么你就可以提出你的约会计划。如果你的约会计划是在当天的话，她几乎不会放你鸽子。

如果你的好几次正式邀请都被拒绝的话（或者她在 后一分钟放你鸽子），你就应该停止邀请她，直到你和她有了几次电话交流之后再次邀请她。但是不要让对话在她拒绝你的时候结束。快速转变话题到一个高能量的有趣的令人兴奋的小故事上面去，至少要接着电话交流几分钟之后再挂电话。

电话游戏：结尾说什么

该阶段的目标是使电话交流持续 12-25 分钟的样子，并且是你先挂的电话。你可以通过以下方式来先挂电话并显示价值，说你有其他电话要接，或者说你朋友刚刚催你去参加一个高价值的活动，或者其他类似的藉口。如果你想保持住你对她的吸引，你可以通过展示你是有挑战性的来做到这一点。例如，告诉她你会在 1 小时后再给她打电话，但是却不这样做。

如果她很忙，正在工作或者接电话时在做其他事情，你就说“等你不忙的时候，我会再打过来的。”如果她在电话里试图挽留你，那么你就再和她多聊几句，除非她打电话时正在做的事情真的让人很讨厌。

还没建立舒适感情况下的电话游戏

有时候你还没有来得及和她建立舒适感，但是你确实拿到了她的电话号码，并且她接了你的电话。在这种情况下，你需要同时吸引和筛选她，并且想法和她电话聊的更多一些更久一些。

当你困在电话游戏中时，有一个方法可以让你们的关系朝前发展，这个方法就是做一个和她约会的计划——即使你知道她到时不可能会出来见面——然后取消这个约会计划。约会计划可以是暂定的，但是取消必须是有特殊原因的。“下周五我们应该去听那个音乐会，到时我会打你电话的。”大多数女人不会拒绝这个约会计划。对她而言，下周五还只是一个抽象的概念，到时她可能会有很多活动可供选择。对这个计划说好的使她免于对此说不的尴尬。到了下周五的时候，当然，她不会接你电话，或者她会给你发一条短信，说“要工作”或者“身体不舒服”或者“要去机场接她的妹妹。”但是现在，她对你的这个提议说好的。

像对待一个板上钉钉的计划那样看待你的这个（暂定的）约会计划，然后在她取消这个计划之前你主动取消这个计划。在前一天晚上或当天白天的时候打电话给她（或者发短信，如果她没有接你电话的话），并解释说你取消计划是因为你朋友亚历山德拉（女子名）明天会坐飞机过来，而你完全把这事忘了，现在你要准备一个迎接她的聚会。不要和她另约时间或者说其它的话。一两天后再次打电话给她，像平常一样继续和她电话交流。

如果她不回你电话

如果她不回你电话，过两天再试试打电话给她，或者给她发一条短信。或者打另外一个女人的电话。当你打电话给她的时候，不要使用一些小软件来使她的手机不能显示你的电话号码，这个主意很烂。

一些女人只是很忙，或者分心了没接到，或者对你打电话给她的理由有一些奇怪的想法，或者故意难为一下那些追求她的男人们。你一直给她打电话或者发一些短信给她，来试图和她取得联系，这样做是没有问题的，除非她打算告诉其他人有一个猥亵的家伙一直想联系她。你永远不会知道她脑袋里会想什么，而且你只需要花 30 秒就可以拨打一个号码。以下是一些她不接你电话情形下的提示：

- 在一天的不同时间段打电话给她。早上，中午，傍晚，晚上。如果仍旧不行，尝试在凌晨一点打电话给她。这样做你会吵醒她，所以确保你能够在她接电话的头几秒钟里立即让她笑起来。（使用一个高能量的，好玩的，短小的惯例来开场。你甚至都不要做自我介绍。）

- 定期和你电话簿里的每个女人取得联系。假期是让女人们从你的电话簿的某个阴暗角落里爬出来的好机会。给你电话簿里的每个女人发一条“新年快乐” 的短信，有时候会使你和她们中的几个人重新取得联系。

- 永远不要去在意她不接你电话这件事，你要保持这样的一个框架，她是一个古怪的女人，她一点也不可爱。不要去想她也许对我不感兴趣。

- 永远不要对自己说“这是我 后一次给她打电话了”或者“我打电话是为了告诉她我留了一条短信给她”。如果她接了你的电话，不要提到你以前给她打过电话/发过短信，因为这就像是在告诉她你很在意这件事，而且会降低你的价值。

后，有一条很棒的短信惯例。给她发短信说“我刚刚看到你的双胞胎姐妹了”。这不仅会让她惊奇，而且她会以一个竞争性的框架来回复你的短信。她通常会这样回复“她长得比我好看吗？”或者“我更酷一点”。

放鸽子

放鸽子意味着在 后一分钟取消计划，或者没有在约定时间出现。有时候这事情会发生，尤其是在第一次约会的时候。这种事情很正常。以下是当女人放鸽子时的应对策略。

什么都不用做。就是这么简单。

不要生气，不要责怪她，她一点不在乎。如果她在乎你对她的想法，她就不会放你鸽子。不相信？问问你自己，她会不会用“我感觉累了”来推掉和 Brad Pitt（布莱德皮特）的约会？你责怪她，她只会把你和负面情绪联系起来。不用为她担心，别的家伙会吸引她，让她重新高兴起来。

如果你还不懂……你原来打算 6 点和她碰面？需要提早下班？考虑堵车问题？错过了喜爱的电视节目？真够毅力。但她一点都不在乎，这不是她的问题。如果你告诉她这些，你在她眼里就没有价值了，因为你在她还不重视你的时候，就为她改变了自己的生活。

记住预选（第 3 章），表现得有很多女人喜欢你，你不会因为她的失约而无聊，有其他女人想和你见面。你将要和她做的事，一样可以和其他朋友做（看第 16 章，约会）。如果你不明确理解这个框架，下次约人时放她鸽子，看看她有什么反应，复制她的这种反应。你不会毁掉她的一天，你的一天也不应该被别人毁掉。

我用得 多的一句话是“没关系，我约别人。”如果你计划的事是两个人做的，就更好了（例如，你有两张演唱会门票）。不要在第三或第四次约会时说这句话，刚开始你们之间关系还不确定时用这句话是完美的。

后，还是那句话：

愿求爱艺术丰富你的人生，而非限制它。